

DEPARTAMENTO DE EXPRESSÕES

DISCIPLINA DE EDUCAÇÃO FÍSICA

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO

2023-2024

DISCIPLINA DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Critérios de Avaliação

Este documento procura apresentar as orientações programáticas para a lecionação da disciplina de Educação Física, estabelecendo um conjunto de decisões do grupo que visam aproximar a prática educativa ao previsto nos Programas Nacionais de Educação Física, ao Perfil do Aluno e às Aprendizagens Essenciais, tendo em conta a realidade dos nossos alunos e suas vivências. Estas orientações devem ser geridas e adaptadas pelo professor tendo em conta as informações da **avaliação inicial** de cada turma.

O trabalho do professor deve ser orientado pela “qualidade da participação do aluno na atividade educativa, para que esta tenha uma repercussão positiva, profunda e duradoura. Os objetivos da EF baseiam-se na participação dos alunos definida por quatro princípios fundamentais:

1. A garantia de atividade física corretamente motivada, qualitativamente adequada e em quantidade suficiente;
2. A promoção da autonomia, pela atribuição, reconhecimento e exigência de responsabilidades efetivas aos alunos;
3. A valorização da criatividade, pela promoção e aceitação da iniciativa dos alunos;
4. A orientação da sociabilidade no sentido de uma cooperação efetiva entre os alunos.” (in Programa EF Ensino Básico 2º ciclo, p.233-234, 3º ciclo p.5)

De acordo com as orientações constantes no Programa de Educação Física, para os vários níveis de Ensino, “os programas não se estruturam segundo o fracionamento de domínios/áreas da personalidade, dividindo, por exemplo, os objectivos gerais e específicos na tríade de domínios motor, cognitivo e sócio-afectivo. Considera-se que a actividade dos alunos e os seus efeitos integram necessariamente esses domínios”, razão pela qual a **avaliação das atitudes e valores deve ser parte integrante da avaliação nas três áreas mencionadas abaixo.**

Consideram-se, como referência fundamental para o sucesso nesta disciplina, três grandes áreas de avaliação específicas da Educação Física:

- **A – Atividades Físicas (matérias);**
- **B – Aptidão Física;**
- **C – Conhecimentos.**

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

Nível introdução (I), onde se incluem as habilidades, técnicas e conhecimentos que representam a aptidão específica ou preparação de base (fundamentos);

Nível Elementar (E), nível em que se discriminam os conteúdos que representam o domínio (mestria) da matéria nos seus elementos principais e já com carácter mais formal, relativamente aos modelos de prática e organização da atividade referente;

Nível Avançado (A), que estabelece os conteúdos e formas de participação nas situações típicas da atividade referente, correspondentes ao nível superior que poderá ser atingido no âmbito da disciplina de Educação Física.

O cumprimento de cada um dos níveis pressupõe que o aluno atinja os objetivos definidos para cada um, ao nível das capacidades, conhecimentos, atitudes e valores e em conformidade com as áreas de competências do Perfil dos Alunos.

Importa ainda referir que, muitas vezes, os alunos podem encontrar-se em situações parciais de transição para determinado nível de aprendizagem, quando não atingem todas as referências de ensino e aprendizagem e/ou não são observados todos os indicadores de observação no respetivo nível, podemos falar de **Parte Introdutório (PI), Parte elementar (PE) e Parte Avançado (PA)**.

Para as presentes normas, um aluno é considerado no **Nível Introdução** ou **Elementar** quando está apto a aprender um nível mais exigente do programa, respetivamente o **Elementar** ou o **Avançado**.

ATIVIDADES FÍSICAS

| SUBÁREAS DAS ATIVIDADES FÍSICAS | CONTEÚDOS/TÓPICOS APRENDIZAGENS ESSENCIAIS | Ações estratégicas orientadas para o Perfil dos Alunos | Áreas competências do Perfil dos Alunos |
|---|--|--|--|
| JOGOS (apenas 5ºano) | Participar em JOGOS ajustando a iniciativa própria e as qualidades motoras na prestação às possibilidades oferecidas pela situação de jogo e ao seu objetivo, realizando habilidades básicas e ações técnico-táticas fundamentais, com oportunidade e correção de movimentos. | Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos: → Adquirir, com rigor, conhecimento e outros saberes; → Análise de situações, identificando os seus elementos ou dados; → Tarefas associadas à compreensão e mobilização dos conhecimentos; → Estabelecer relações intra e interdisciplinares; → Utilização de conhecimento para participar de forma adequada e resolver problemas em contextos diferenciados. | A B G I J |
| JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (5º ao 12º ano) | Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo dos JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (Basquetebol, Futebol, Andebol, Voleibol), desempenhando com oportunidade e correção as ações solicitadas pelas situações de jogo, aplicando a ética do jogo e as suas regras. | | |
| GINÁSTICA (5º ao 12º ano) | Compor e realizar, da GINÁSTICA (Solo, Aparelhos, Rítmica e Acrobática), as destrezas elementares de solo, minitrampolim, plinto e trave, em esquemas individuais e/ou de grupo, aplicando os critérios de correção técnica e expressão, e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios. | Proporcionar atividades formativas, como por exemplo situações de jogo, concursos e outras tarefas a par ou em grupos homogéneos e heterogéneos, que possibilitem aos alunos: → Elaborar sequências de habilidades; → Elaborar coreografias; → Resolver problemas em situações de jogo; → Explorar materiais; → Explorar o espaço, ritmos, música, relações interpessoais, etc; → Criar um objeto, texto ou solução, face a um desafio; | A C D J |

| | | | |
|---|---|--|--|
| | | <p>→ Analisar textos ou outros suportes com diferentes pontos de vista, concebendo e sustentando um ponto de vista próprio;</p> <p>→ Criar soluções estéticas criativas e pessoais.</p> | |
| <p>ATLETISMO (5º ao 12º ano)</p> | <p>Realizar, do ATLETISMO, saltos, corridas e lançamentos, segundo padrões simplificados, e cumprindo corretamente as exigências elementares técnicas e regulamentares.</p> | <p>Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos:</p> <p>→ Analisar situações com diferentes pontos de vista; confrontar argumentos para encontrar semelhanças, diferenças, etc.;</p> <p>→ Analisar factos, situações, identificando os seus elementos ou dados, em particular numa perspetiva disciplinar e interdisciplinar;</p> <p>→ Analisar os seus desempenhos e o dos outros dando e aceitando sugestões de melhoria.</p> <p>Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos:</p> <p>→ Tarefas de síntese;</p> <p>→ Tarefas de planificação, de revisão e de monitorização;</p> <p>→ Elaboração de planos gerais, esquemas.</p> | <p>A B C D G</p> |
| <p>PATINAGEM (5º ao 12º ano)</p> | <p>Patinar (Patinagem) com equilíbrio e segurança, ajustando as suas ações para orientar o seu deslocamento com intencionalidade e oportunidade na realização de sequências rítmicas, percursos ou jogos.</p> | <p>Proporcionar atividades formativas, em grupos homogéneos e heterogéneos, que possibilitem aos alunos:</p> <p>→ Aceitar opções, falhas e erros dos companheiros;</p> <p>→ Aceitar o apoio dos companheiros nos esforços de aperfeiçoamento próprio;</p> <p>→ Aceitar ou argumentar pontos de vista diferentes;</p> <p>→ Promover estratégias que induzam respeito por diferenças de características, crenças ou opiniões.</p> | <p>A B C D G</p> |
| <p>ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS (5º ao 12º ano)</p> | <p>Interpretar sequências de habilidades específicas elementares das ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais) em coreografias individuais e/ou em grupo, aplicando os critérios de expressividade considerados, de acordo com os motivos das composições.</p> | <p>Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos:</p> <p>→ Saber questionar uma situação;</p> <p>→ Ações de comunicação verbal e não verbal pluridirecional.</p> | <p>A B C D E F H I J</p> |

| | | | |
|--------------------------------------|--|--|--|
| RAQUETAS (5º ao 12º ano) | 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, não só como jogador, mas também como árbitro. | Proporcionar atividades formativas, que possibilitem aos alunos, em todas as situações: → Apreciar os seus desempenhos e os dos outros, dando e aceitando sugestões de melhoria; → Identificar aspetos críticos que permitam a melhoria do seu desempenho; → Identificar pontos fracos e fortes das suas aprendizagens; → Utilizar os dados da sua autoavaliação para se envolver na aprendizagem; → Interpretar e explicar as suas opções; → Descrever processos de pensamento e ação, usados durante a realização de uma tarefa ou abordagem de um problema. | A B C D E F G H I J |
| NATAÇÃO (5º ao 12º ano) | Deslocar-se com segurança no MEIO AQUÁTICO (Natação), coordenando a respiração com as ações propulsivas específicas das técnicas selecionadas. | | |
| CORFEBOL (5º ao 12º ano) | 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. | Proporcionar atividades formativas que, em todas as situações, criem oportunidades de: → Cooperar com os companheiros na procura do êxito pessoal e do grupo; → Cooperar promovendo um clima relacional favorável ao aperfeiçoamento pessoal e prazer proporcionado pelas atividades; → Aplicar as regras de participação, combinadas na turma; → Agir com cordialidade e respeito na relação com os colegas e o professor; → Respeitar as regras organizativas que permitam atuar em segurança; → Cumprir e fazer cumprir regras de arbitragem; → Apresentar iniciativas e propostas; → Ser autónomo na realização das tarefas; → Cooperar na preparação e organização dos materiais. | A B C D E F G H I J |
| RUGBY (5º ao 12º ano) | | | |
| ORIENTAÇÃO (5º ao 12º ano) | Realizar percursos de nível elementar, utilizando técnicas de orientação e respeitando as regras de organização, participação, e de preservação da qualidade do ambiente. | | |
| LUTA (5º ao 12º ano) | Realizar ações de oposição direta solicitadas de COMBATE (Luta), utilizando as técnicas fundamentais de controlo e desequilíbrio, com segurança (própria e do opositor), aplicando as regras e os princípios éticos. | | |

Legenda (Perfil do aluno)

| | | | | | |
|----------|--|----------|------------------------------------|----------|---|
| A | Linguagem e textos | B | Informação e comunicação | C | Raciocínio e resolução de problemas |
| D | Pensamento crítico e pensamento criativo | E | Relacionamento interpessoal | F | Desenvolvimento pessoal e autonomia |
| G | Bem-estar, saúde e ambiente | H | Sensibilidade estética e artística | I | Saber científico, técnico e tecnológico |
| J | Consciência e domínio do corpo | | | | |

AGRUPAMENTO DAS MATÉRIAS PARA APLICAÇÃO DAS PRESENTES NORMAS

Consideram-se as matérias de Educação Física agrupadas em subáreas. As matérias da mesma subárea concorrem para o desenvolvimento de competências semelhantes.

| 2º Ciclo | 7º e 8º ano | 9º e 10º ano | 11º e 12º ano |
|--|--|--|--|
| <p>Subárea – Jogos</p> <p>Subárea – Jogos Desportivos Coletivos (Futebol, Voleibol, Basquetebol, Andebol)</p> <p>Subárea - Ginástica no Solo, Ginástica de Aparelhos, Ginástica Rítmica</p> <p>Subárea – Atletismo</p> <p>Subárea - Patinagem</p> <p>Subárea – Atividades Rítmicas e Expressivas (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais)</p> <p>Subárea – Outras (Raquetas, Corfebol, Râguebi, Orientação, Luta, etc.)</p> | <p>Subárea - Jogos Desportivos Coletivos (Futebol, Voleibol, Basquetebol, Andebol)</p> <p>Subárea - Ginástica no Solo, Ginástica de Aparelhos, Ginástica Rítmica e Ginástica Acrobática</p> <p>Subárea – Atletismo</p> <p>Subárea – Raquetas (Badminton, Ténis, Ténis de Mesa)</p> <p>Subárea - Patinagem</p> <p>Subárea - Atividades Rítmicas e Expressivas (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais)</p> <p>Subárea - Outras (Corfebol, Râguebi, Orientação, Luta, etc.)</p> | <p>Subárea - Jogos Desportivos Coletivos (Futebol, Voleibol, Basquetebol, Andebol)</p> <p>Subárea - Ginástica no Solo, Ginástica de Aparelhos, Ginástica Rítmica e Ginástica Acrobática</p> <p>Subárea – Atletismo</p> <p>Subárea – Raquetas (Badminton, Ténis, Ténis de Mesa)</p> <p>Subárea - Patinagem</p> <p>Subárea - Atividades Rítmicas e Expressivas (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais)</p> <p>Subárea - Outras (Corfebol, Râguebi, Orientação, Luta, etc.)</p> | <p>Subárea - Jogos Desportivos Coletivos (Futebol, Voleibol, Basquetebol, Andebol)</p> <p>Subárea - Ginástica no Solo, Ginástica de Aparelhos, Ginástica Rítmica e Ginástica Acrobática</p> <p>Subárea – Atletismo</p> <p>Subárea – Raquetas (Badminton, Ténis, Ténis de Mesa)</p> <p>Subárea - Patinagem</p> <p>Subárea - Atividades Rítmicas e Expressivas (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais)</p> <p>Subárea - Outras (Corfebol, Râguebi, Orientação, Luta, etc.)</p> |
| <p>3 matérias de diferentes subáreas (5º ano)</p> <p>4 matérias de diferentes subáreas (6º ano):</p> <ul style="list-style-type: none"> - 1 matéria nuclear de Jogos Desportivos Coletivos - 1 matéria nuclear de Ginástica - 2 matérias das outras subáreas | <p>5 matérias de diferentes subáreas (7º ano):</p> <ul style="list-style-type: none"> - 1 matéria nuclear de Jogos Desportivos Coletivos - 1 matéria nuclear de Ginástica - 3 matérias das outras subáreas <p>6 matérias de diferentes subáreas (8º ano):</p> <ul style="list-style-type: none"> - 1 matéria nuclear de Jogos Desportivos Coletivos - 1 matéria nuclear de Ginástica - 4 matérias das outras subáreas | <p>6 matérias de diferentes subáreas:</p> <ul style="list-style-type: none"> 2 matérias nucleares de Jogos Desportivos Coletivos 1 matéria nuclear de ginástica 1 matéria nuclear de Dança 2 matérias de subáreas diferentes | <p>6 matérias de diferentes subáreas:</p> <ul style="list-style-type: none"> 2 matérias nucleares de Jogos Desportivos Coletivos 1 matéria nuclear de ginástica ou 1 matéria nuclear de atletismo 1 matéria nuclear de Dança 2 matérias de subáreas diferente |

PLANIFICAÇÃO PLURIANUAL EDUCAÇÃO FÍSICA

| 5º Ano | 6º Ano | 7º Ano | 8º Ano | 9º Ano | 10º Ano | 11º Ano | 12º Ano |
|---|---|---|---|---|---|--|--|
| Matérias a Abordar | Matérias a Abordar | Matérias a Abordar | Matérias a Abordar | Matérias a Abordar | Matérias a Abordar | Matérias a Abordar | Matérias a Abordar |
| Jogos Pré-desportivos | | | | | | | |
| JDC | JDC | JDC | JDC | JDC | JDC | JDC | JDC |
| Futsal | Futsal | Andebol* | Basquetebol* | Corfebol* | Andebol* | Basquetebol* | Voleibol* |
| Voleibol | Voleibol | Futsal* | Voleibol* | JDC (revisão 8º ano) | 2 JDC (escolha) | 1 JDC (escolha) | 1 JDC (escolha) |
| Basquetebol | Basquetebol | Voleibol | JDC (revisão 7º ano) | | | | |
| | Andebol | Basquetebol | | | | Ginástica e/ou Atletismo | |
| Ginástica | Ginástica | Ginástica | Ginástica | Ginástica | Ginástica | Ginástica (1 matéria) | Ginástica (1 matéria) |
| Solo | Solo | Solo | Solo | Trampolins | Solo | Solo | Solo |
| Aparelhos | Aparelhos | Aparelhos | Aparelhos | Acrobática | Aparelhos | Aparelhos | Aparelhos |
| | | | | Revisão 7º e 8º anos | Acrobática | Acrobática | Acrobática |
| Atletismo | Atletismo | Atletismo | Atletismo | Atletismo | Atletismo | Atletismo (1 matéria) | Atletismo (1 matéria) |
| Corridas (velocidade) | Corridas (estafetas e barreiras) | Corridas (velocidade) | Corridas (estafetas) | Corridas (barreiras) | Corridas | Corridas | Corridas |
| Lançamento (bola) | Lançamentos (Peso) | Salto (comprimento) | Salto (altura) | Lançamentos (peso) | Salto (Triplo) | Salto | Salto |
| Salto (comprimento) | Salto (altura) | Revisão do 6º ano | Revisão 7º ano | Revisão 8º ano | Lançamentos | Lançamentos | Lançamentos |
| | Revisão 5º ano | | | | | | |
| Dança | Dança | Dança | Dança | Dança | Dança | Dança | Dança |
| Tradicionais | Tradicionais | Tradicionais/Sociais/Outras | Tradicionais/Sociais/Outras | Tradicionais/Sociais/Outras | Tradicionais/Sociais/Outras | Tradicionais/Sociais/Outras | Tradicionais/Sociais/Outras |
| Desportos de Raqueta (Raquetas de madeira e/ou Badminton) | Desportos de Raqueta (Raquetas de madeira e/ou Badminton) | Desportos de Raqueta (Ténis e/ou Badminton) | Desportos de Raqueta (Ténis e/ou Badminton) | Desportos de Raqueta (Ténis e/ou Badminton) | Desportos de Raqueta (Ténis e/ou Badminton) | Outras (2 matérias escolha) Badminton | Outras (2 matérias escolha) Badminton |
| Natação | Natação | Natação | Natação | Natação | Natação | Natação | Natação |
| | | | | | | Jogos Tradicionais | Jogos Tradicionais |
| | | | | | | Orientação | Orientação |
| Matérias alternativas | Matérias alternativas | Matérias alternativas | Matérias alternativas | Matérias alternativas | Matérias alternativas | Matérias alternativas | Matérias alternativas |
| Condição Física | Condição Física | Condição Física | Condição Física | Condição Física | Condição Física | Condição Física | Condição Física |
| Teóricas | Teóricas | Teóricas | Teóricas | Teóricas | Teóricas | Teóricas | Teóricas |

Convém referir que a calendarização das matérias terá em conta a rotação de espaços proposta pelo Grupo de Educação Física, o docente delineará as matérias a abordar em cada período letivo de acordo com o espaço que lhe é atribuído, planeando as suas atividades e em função do espaço e das características da turma.

O quadro que se segue é a base da organização da avaliação em Educação Física, pois reflete o que se pretende alcançar em termos de desempenho nas várias atividades desportivas, para todos os ciclos de escolaridade.

| Matérias | 5º Ano | 6º Ano | 7º Ano | 8º Ano | 9º Ano | 10º Ano | 11º Ano | 12º Ano |
|-----------------------------|----------------------|---------------|---------------|---------------|---------------|----------------|----------------|----------------|
| Jogos | A | | | | | | | |
| Futebol | I | E | E | PA | PA | PA | A | A |
| Voleibol | I | PE | E | E | PA | PA | A | A |
| Andebol | | PI | I | PE | E | E | PA | A |
| Basquetebol | PI | I | PE | E | PA | PA | A | A |
| Ginástica Solo | PE | PE | E | E | PA | PA | A | A |
| Ginástica Aparelhos | I | PE | E | E | E/PA | E/PA | A | A |
| Ginástica Rítmica | I | I | | | | | | |
| Ginástica Acrobática | | | I | I | E | E | PA | A |
| Atletismo | PI | I | PE | E | PA | PA | A | A |
| Patinagem | I | PE | PE | E | E | E | PA | A |
| Dança | PE | PE | PE | E | E | E | PA | A |
| Raquetas | | | I | PE | E | E | PA | A |
| Natação | PI | I | PE | PE | E | PA | A | A |
| Orientação | Percurso na natureza | | I | I | I | E | PA | A |
| Luta | | | I | I | | | | |
| Outras | I | I | E | E | E | E | E | E |

APTIDÃO FÍSICA

A área da Aptidão Física será avaliada através do desempenho nos testes selecionados pelo grupo, aplicando o protocolo presente no **Programa Fitescola**. Estes testes deverão ser realizados pelo menos **duas vezes no ano letivo**, permitindo ao aluno diferentes momentos para aprender o protocolo e adaptar-se ao esforço, alcançar o objetivo para a sua idade e género e verificar a sua evolução em função do treino. Na Aptidão Aeróbia tem de ser aplicado um dos testes e na Aptidão Neuromuscular, dos 6 testes, realizar no mínimo 4 testes.

| NOME DO TESTE | CAPACIDADE MOTORA A AVALIAR |
|------------------------------|----------------------------------|
| APTIDÃO AERÓBIA | |
| Vaivém 20 metros | Resistência |
| Milha | Resistência |
| APTIDÃO NEUROMUSCULAR | |
| Senta e Alcança | Flexibilidade membros inferiores |
| Impulsão horizontal | Força inferior |
| Velocidade 40 metros | Velocidade |
| Abdominais | Força média |
| Flexões de Braços | Força superior |
| Flexibilidade de ombros | Flexibilidade membros superiores |

A medição do IMC, através do registo do peso e da altura, não interfere na avaliação sumativa do aluno, contudo, é importante para consciencializar os alunos, para prevenir doenças associadas ao excesso de peso/e ou obesidade e para sensibilizá-los para escolhas alimentares mais saudáveis.

A **avaliação da aptidão física** tem um peso de **20%**, sendo **15% para os resultados nos testes do Fitescola** e **5% no trabalho de desenvolvimento das capacidades motoras em sala de aula**.

CONHECIMENTOS/DAC

O grupo de Educação Física propõe abordar os seguintes temas, em cada ano de escolaridade, deixando ao critério do docente adotar a melhor forma de o pôr em prática, se de carácter mais explicativo e descritivo, através de fichas de trabalho e/ou fichas de avaliação e/ou trabalhos de pesquisa e/ou sob a forma de projetos, individuais ou de grupo.

| Ano | Temas | Áreas competências do Perfil dos Alunos |
|---------|--|--|
| 5º ano | Identificar as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação (geral) e relacionar com tipo de esforço realizado. | A- Linguagens e Textos B – Informação e Comunicação I – Saber Científico e Tecnológico |
| 6º ano | Identificar as adaptações fisiológicas ao esforço físico (agudas e longo prazo). | A- Linguagens e Textos B – Informação e Comunicação I – Saber Científico e Tecnológico |
| 7º ano | Relacionar aptidão física e saúde e identificar os benefícios do exercício para a saúde. Dimensão sociocultural dos Jogos Olímpicos e paralímpicos. | A- Linguagens e Textos B – Informação e Comunicação D – Pensamento crítico e pensamento criativo I – Saber Científico e Tecnológico |
| 8º ano | Relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores 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. | A- Linguagens e Textos B – Informação e Comunicação D – Pensamento crítico e pensamento criativo F - Desenvolvimento pessoal e Autonomia G - Bem-estar, Saúde e Ambiente |
| 9º ano | Relacionar a aptidão física e saúde com as capacidades motoras, a composição corporal, alimentação, repouso, higiene, afetividade e meio envolvente (integrar estilo de vida). Identificar fenómenos associados a limitações e possibilidades de prática dos desportos e das atividades físicas, tais como: a evolução tecnológica e sedentarismo, poluição, industrialização, relacionando-os com a evolução das sociedades. | A- Linguagens e Textos B – Informação e Comunicação D – Pensamento crítico e pensamento criativo F – Desenvolvimento pessoal e Autonomia G – Bem-estar, Saúde e Ambiente |
| 10º ano | Revisão 9º ano. Princípios de atuação perante uma vítima, Suporte Básico de Vida. | A- Linguagens e Textos B – Informação e Comunicação D – Pensamento crítico e pensamento criativo F – Desenvolvimento pessoal e Autonomia G – Bem-estar, Saúde e Ambiente |
| 11º ano | Conhecer os métodos e meios de treino mais adequados ao desenvolvimento ou manutenção das diversas capacidades motoras. Conhecer e interpretar os fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas utilizando esse conhecimento de modo a garantir a realização de atividade física em segurança, nomeadamente: Dopagem e | A - Linguagem e Textos B – Informação e Comunicação C – Raciocínio e resolução de problemas D – Pensamento crítico e pensamento criativo F – Desenvolvimento pessoal e Autonomia |

| | | |
|----------------|--|---|
| | riscos de vida e/ou saúde; Doenças e lesões; Condições materiais, de equipamentos e de orientação do treino. | G – Bem-estar, Saúde e Ambiente |
| 12º ano | Conhecer e utilizar os métodos e meios de treino mais adequados ao desenvolvimento ou manutenção das diversas capacidades motoras, de acordo com a sua aptidão atual e o estilo de vida, cuidando o doseamento da intensidade e duração do esforço, respeitando em todas as situações os princípios básicos do treino. Analisar criticamente aspetos gerais da ética na participação nas Atividades Físicas Desportivas, relacionando os interesses sociais, económicos, políticos e outros com algumas das suas “perversões”, nomeadamente: Especialização precoce e exclusão ou abandono precoces; Violência (dos espectadores e dos atletas) vs. espírito desportivo; Corrupção vs. verdade desportiva. | A - Linguagem e Textos B – Informação e Comunicação C – Raciocínio e resolução de problemas D – Pensamento crítico e pensamento criativo F – Desenvolvimento pessoal e Autonomia G – Bem-estar, Saúde e Ambiente |

Quadro Classificação

| Percentagem | Nível | Classificação | Menção |
|-------------|-------|---------------|-----------------------|
| 0-19 | 1 | 0-3 | Não Satisfatório |
| 20 – 49 | 2 | 4-9 | |
| 50 – 69 | 3 | 10-13 | Satisfatório |
| 70 – 89 | 4 | 14-17 | Bastante Satisfatório |
| 90 - 100 | 5 | 18-20 | Excelente |

INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO

| INSTRUMENTOS | |
|------------------------------|------------------------------------|
| Grelhas de observação direta | Participação oral |
| Fichas de avaliação | Fichas de trabalho |
| Relatórios de aula | Registos de auto e heteroavaliação |
| Trabalhos escritos | Dossier |
| Questionário oral | Questionário escrito |

NORMAS PARA ATRIBUIÇÃO DA CLASSIFICAÇÃO

2º e 3º CICLO

DESCRITORES, CRITÉRIOS E INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO

| ÁREAS | AVALIAÇÃO – DESCRITORES E CRITÉRIOS | INSTRUMENTOS E ESPECIFICAÇÃO DA AVALIAÇÃO |
|--|--|---|
| ATIVIDADES FÍSICAS (70%) | <p>Não Introdutório: o aluno não cumpre o nível introdutório</p> <p>Introdutório: o aluno alcança todos os conteúdos do nível introdutório exceto um e coopera com os companheiros, quer nos exercícios, quer no jogo, escolhendo as ações favoráveis ao êxito pessoal e do grupo, aceitando as indicações que lhe dirigem, bem como as opções e falhas dos seus colegas; aceita as decisões da arbitragem, identificando os respetivos sinais e trata com igual cordialidade e respeito os companheiros e os adversários evitando ações que ponham em risco a sua integridade física; colabora na preparação, arrumação e preservação do material.</p> <p>Elementar: o aluno alcança o nível introdutório e todos os conteúdos do nível elementar, exceto um e coopera com os companheiros, quer nos exercícios, quer no jogo, escolhendo as ações favoráveis ao êxito pessoal e do grupo, aceitando as indicações que lhe dirigem, bem como as opções e falhas dos seus colegas; aceita as decisões da arbitragem, identificando os respetivos sinais e trata com igual cordialidade e respeito os companheiros e os adversários evitando ações que ponham em risco a sua integridade física; colabora na preparação, arrumação e preservação do material.</p> <p>Avançado: o aluno alcança o nível introdutório e elementar e todos os conteúdos do nível avançado, exceto um e coopera com os companheiros, quer nos exercícios, quer no jogo, escolhendo as ações favoráveis ao êxito pessoal e do grupo, aceitando as indicações que lhe dirigem, bem como as opções e falhas dos seus colegas, dando sugestões que permitam a sua melhoria; aceita as decisões da arbitragem, identificando os respetivos 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/situação de exercício- Colabora com os companheiros nas ajudas, analisa o seu desempenho e o dos colegas, dando sugestões que favoreçam a melhoria das suas prestações e garantam condições de segurança e colabora na preparação, arrumação e preservação do material.</p> | <p>INSTRUMENTOS: observação sistemática dos elementos técnico-táticos (em exercício, prova, composição ou jogo), registada em grelhas e suporte audiovisual. É obrigatória pelo menos uma observação por período e por matéria lecionada.</p> |
| APTIDÃO FÍSICA (20%) | <p>Não apto: o aluno não atinge os objetivos de aptidão física estabelecidos para o seu ano de escolaridade e, idade género.</p> <p>Apto: o aluno atinge os objetivos de aptidão física estabelecidos para o seu ano de escolaridade e, idade género. Havendo elementos morfológicos (alunos fora da zona saudável do IMC) que limitem a aptidão, o aluno é considerado apto se, estiver a ser acompanhado por serviços de saúde e/ou melhorar os seus resultados em cada momento de avaliação.</p> | <p>INSTRUMENTOS: recolha dos dados quantitativos do desempenho dos alunos na bateria de testes <i>FitEscola</i> aplicada, pelo menos, no 1º e 3º períodos (também é obrigatória, no 2º período, a avaliação dos alunos não aptos no 1º)</p> |
| CONHECIMENTOS (10%) | <p>Não apto: a média dos instrumentos de avaliação é inferior a 50%</p> <p>Apto: a média dos instrumentos de avaliação é superior ou igual a 50%</p> | <p>INSTRUMENTOS: fichas e testes de avaliação, trabalhos, questionamento oral e outros. Aplicado pelo menos um em cada período.</p> |
| <p>A classificação final de cada período tem em linha de conta, continuamente, as áreas da avaliação da disciplina (atividades físicas, aptidão física, conhecimentos). Deste modo, em função do que for lecionado em cada período, o aluno tem de estar apto nas referidas áreas (cumulativamente) para alcançar o nível 3. Significa isto que um aluno que esteja não apto em uma das áreas obtém um nível inferior a 3. As atitudes e valores são avaliados como complemento à avaliação das restantes áreas.</p> | | |

Para atribuição da classificação na **Área das Atividades Físicas** são selecionadas matérias definidas de acordo com as tabelas abaixo, devendo evidenciar competências em diferentes subáreas. Para o sucesso na área da **Aptidão Física**, o aluno deverá evidenciar aptidão, enquadrada na Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF) do programa FITescola, para a sua idade e sexo, em pelo menos metade dos testes. Na **Área dos Conhecimentos**, a classificação a atribuir resulta do conhecimento demonstrado dos temas selecionados para cada ano de escolaridade, expresso através de testes e/ou trabalhos, apresentações orais ou outros indicados pelo professor (e classificado de acordo com os critérios de classificação adotados na escola), tendo de estar apto nessa área.

| 2º Ciclo | | | | | | |
|----------|----------------|--------------------------------------|--|-----------------------|-----------------------|---|
| Ano | Níveis sucesso | Atividades Físicas (Matérias) 70% | | Aptidão Física 20% | Conhecimentos 10% | Atitudes e valores |
| 5º ano | 1 | 2NI | O aluno desenvolve as competências essenciais de NÍVEL INTRODUÇÃO em 3 matérias , sendo estas obrigatoriamente de subáreas diferentes | 1 testes na ZSAF | Não Satisfatório | São avaliadas como complemento à avaliação das restantes áreas INDICADORES: - Comportamento - Assiduidade - Responsabilidade - Empenho e Autonomia - Cooperação e Participação |
| | 2 | 1NI | | 2 testes na ZSAF | | |
| | 3 | 3I | | 3 testes na ZSAF | Satisfatório | |
| | 4 | 4I | | 4 testes na ZSAF | Bastante Satisfatório | |
| | 5 | 3I+1E | | 5 testes na ZSAF | Excelente | |
| 6º ano | 1 | 2NI | O aluno desenvolve as competências essenciais de NÍVEL INTRODUÇÃO em 4 matérias de acordo com o seguinte: 1 matéria da subárea JDC 1 matéria da subárea GIN 2 matérias das restantes subáreas, cada uma de subáreas diferentes | 1 testes na ZSAF | Não Satisfatório | Não se observa Observa-se algumas vezes Observa-se sempre DESCRITORES: E, F, G, J Auto e heteroavaliação |
| | 2 | 1NI | | 2 testes na ZSAF | | |
| | 3 | 4I | | 3 testes na ZSAF | Satisfatório | |
| | 4 | 3I+1E | | 4 testes na ZSAF | Bastante Satisfatório | |
| | 5 | 2I+2E | | 5 testes na ZSAF | Excelente | |

Quando são avaliadas menos matérias do que as previstas, considera-se os seguintes quadro para os vários anos de escolaridade:

| ANO | 5º ANO | 6º ANO | |
|---------|------------|------------|------------|
| Valores | 2 matérias | 3 matérias | 2 matérias |
| 1 | 2 NI | 2 NI | 2 NI |
| 2 | 1 NI | 1 NI | 1 NI |
| 3 | 2I | 3I | 2I |
| 4 | 1I+1E | 2I+1E | 1I+1E |
| 5 | 2E | 1I+2E | 2E |

Nota: Os professores devem considerar um nível completo quando o aluno alcança duas partes do mesmo nível em matérias da mesma subárea. Em cada período esta regra só se pode aplicar numa única subárea.

De uma forma resumida a classificação final assentará na aplicação da seguinte fórmula:

ATIVIDADES FÍSICAS *70% + APTIDÃO FÍSICA * 20% + CONHECIMENTOS * 10% + ATITUDES E VALORES (complemento)

Observações

No 2º e no 3º período a classificação obtida nos parâmetros das atividades físicas e aptidão física representa os resultados obtidos nesse período.
 No 2º e no 3º período a classificação obtida, no parâmetro dos conhecimentos, a classificação é obtida pela média dos dados recolhidos ao longo dos períodos já decorridos.

3º Ciclo

| Ano | Níveis de sucesso | Atividades Físicas (Matérias) 70% | Aptidão Física 20% | Conhecimentos 10% | Atitudes e valores | |
|--------|-------------------|--------------------------------------|--|----------------------|-----------------------|---|
| 7º ano | 1 | 2NI | O aluno desenvolve as competências essenciais de NÍVEL INTRODUÇÃO em 5 matérias de acordo com o seguinte: 1 matéria da subárea JDC 1 matéria da subárea GIN 3 matérias das restantes subáreas, cada uma de subáreas diferentes | 1 testes na ZSAF | Não Satisfatório | São avaliadas como complemento à avaliação das restantes áreas INDICADORES: - Comportamento - Assiduidade - Responsabilidade - Empenho e Autonomia - Cooperação e Participação |
| | 2 | 1NI | | 2 testes na ZSAF | | |
| | 3 | 5I | | 3 testes na ZSAF | Satisfatório | |
| | 4 | 4I+1E | | 4 testes na ZSAF | Bastante Satisfatório | |
| | 5 | 3I+2E | | 5 testes na ZSAF | Excelente | |
| 8º ano | 1 | 2NI | O aluno desenvolve as competências essenciais de NÍVEL INTRODUÇÃO em 6 matérias de acordo com o seguinte: 1 matéria da subárea JDC 1 matéria da subárea GIN 4 matérias das restantes subáreas, cada uma de subáreas diferentes | 1 testes na ZSAF | Não Satisfatório | Não se observa Observa-se algumas vezes Observa-se sempre |
| | 2 | 1NI | | 2 testes na ZSAF | | |
| | 3 | 6I | | 3 testes na ZSAF | Satisfatório | |
| | 4 | 5I+1E | | 4 testes na ZSAF | Bastante Satisfatório | |
| | 5 | 4I+2E | | 5 testes na ZSAF | Excelente | |
| 9º Ano | 1 | 2NI | O aluno desenvolve as competências essenciais de NÍVEL INTRODUÇÃO em 5 matérias e de NÍVEL ELEMENTAR em 1 matéria de acordo com o seguinte: 1 matéria da subárea JDC 1 matéria da subárea GIN 1 matéria da subárea DAN 3 matérias das restantes subáreas, cada uma de subáreas diferentes 1 nível de qualquer uma das subáreas | 1 testes na ZSAF | Não Satisfatório | DESCRITORES: E, F, G, J Auto e heteroavaliação |
| | 2 | 1NI | | 2 testes na ZSAF | | |
| | 3 | 5I+1E | | 3 testes na ZSAF | Satisfatório | |
| | 4 | 4I+2E | | 4 testes na ZSAF | Bastante Satisfatório | |
| | 5 | 3I+3E | | 5 testes na ZSAF | Excelente | |

Nota: Os professores devem considerar um nível completo quando o aluno alcança duas partes do mesmo nível em matérias da mesma subárea. Em cada período esta regra só se pode aplicar numa única subárea.

Quando são avaliadas menos matérias do que as previstas, considera-se os seguintes quadro para os vários anos de escolaridade:

| ANO | 7º ANO | | | 8º ANO | | | 9º ANO | | |
|---------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|----------------------|----------------------|-------------------|
| Valores | 4 matérias | 3 matérias | 2 matérias | 5 matérias | 4 matérias | 3 matérias | 5 matérias | 4 matérias | 3 matérias |
| 1 | 2 NI | 2 NI | 2 NI | 2 NI | 2 NI | 2 NI | 2 NI | 2 NI | 2 NI |
| 2 | 1 NI | 1 NI | 1 NI | 1 NI | 1 NI | 1 NI | 1 NI | 1 NI | 1 NI |
| 3 | 4I | 3I | 2I | 5 I | 4I | 3I | 4I + 1E | 3I+1E | 2I+1E |
| 4 | 3I+1E | 2I+1E | 1I+1E | 4I + 1E | 3I+1E | 2I+1E | 3I+2E | 2I+2E | 1I+2E |
| 5 | 2I+2E | 1I+2E | 2E | 3I+2E | 2I+2E | 1I+2E | 3I+2E OU 2I+3E | 2I+2E OU 1I+3E | 1I+2E OU 3E |

De uma forma resumida a classificação final assentará na aplicação da seguinte fórmula:

ATIVIDADES FÍSICAS *55% + APTIDÃO FÍSICA * 20% + CONHECIMENTOS * ATITUDES E VALORES (complemento)

Observações

No 2º e no 3º período a classificação obtida nos parâmetros das atividades físicas e aptidão física representa os resultados obtidos nesse período.

No 2º e no 3º período a classificação obtida, no parâmetro dos conhecimentos, a classificação é obtida pela média dos dados recolhidos ao longo dos períodos já decorridos.

SECUNDÁRIO

| ÁREAS | AVALIAÇÃO – DESCRITORES E CRITÉRIOS | INSTRUMENTOS E ESPECIFICAÇÃO DA AVALIAÇÃO |
|--|--|--|
| ATIVIDADES FÍSICAS (70%) | <p>Não Introdutório: o aluno não cumpre o nível introdutório</p> <p>Introdutório: o aluno alcança todos os conteúdos do nível introdutório exceto um e coopera com os companheiros, quer nos exercícios, quer no jogo, escolhendo as ações favoráveis ao êxito pessoal e do grupo, aceitando as indicações que lhe dirigem, bem como as opções e falhas dos seus colegas; aceita as decisões da arbitragem, identificando os respetivos sinais e trata com igual cordialidade e respeito os companheiros e os adversários evitando ações que ponham em risco a sua integridade física; colabora na preparação, arrumação e preservação do material.</p> <p>Elementar: o aluno alcança o nível introdutório e todos os conteúdos do nível elementar, exceto um e coopera com os companheiros, quer nos exercícios, quer no jogo, escolhendo as ações favoráveis ao êxito pessoal e do grupo, aceitando as indicações que lhe dirigem, bem como as opções e falhas dos seus colegas; aceita as decisões da arbitragem, identificando os respetivos sinais e trata com igual cordialidade e respeito os companheiros e os adversários evitando ações que ponham em risco a sua integridade física; colabora na preparação, arrumação e preservação do material.</p> <p>Avançado: o aluno alcança o nível introdutório e elementar e todos os conteúdos do nível avançado, exceto um e coopera com os companheiros, quer nos exercícios, quer no jogo, escolhendo as ações favoráveis ao êxito pessoal e do grupo, aceitando as indicações que lhe dirigem, bem como as opções e falhas dos seus colegas, dando sugestões que permitam a sua melhoria; aceita as decisões da arbitragem, identificando os respetivos 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/situação de exercício- Colabora com os companheiros nas ajudas, analisa o seu desempenho e o dos colegas, dando sugestões que favoreçam a melhoria das suas prestações e garantam condições de segurança e colabora na preparação, arrumação e preservação do material.</p> | <p>INSTRUMENTOS: observação sistemática dos elementos técnico-táticos (em exercício, prova, composição ou jogo), registada em grelhas ou suporte áudio visual. É obrigatória pelo menos uma observação por período e por matéria lecionada.</p> <p>A CLASSIFICAÇÃO FINAL resulta da conjugação dos níveis de desempenho dos alunos nas melhores matérias (ex: 2 JDC, 1 Dança, 1 Ginástica (10º ano), 1 Ginástica ou Atletismo (11º e 12º ano), 2 Outras de subáreas diferentes).</p> |
| APTIDÃO FÍSICA (20%) | <p>Apto: o aluno atinge os objetivos de aptidão física estabelecidos para o seu ano de escolaridade e, idade género. Havendo elementos morfológicos (alunos fora da zona saudável do IMC) que limitem a aptidão, o aluno é considerado apto se, estiver a ser acompanhado por serviços de saúde e/ou melhorar os seus resultados em cada momento de avaliação.</p> | <p>INSTRUMENTOS: recolha dos dados quantitativos do desempenho dos alunos na bateria de testes <i>Fit Escola</i>, aplicada pelo menos, no 1º e 3º períodos (também é obrigatória a aplicação no 2º período aos alunos não aptos no 1º)</p> |
| CONHECIMENTOS (10%) | <p>Média dos resultados dos alunos nos instrumentos de avaliação</p> | <p>INTRUMENTOS: fichas e testes de avaliação, trabalhos, questionamento oral e outros. Aplicado pelo menos um em cada período.</p> |
| <p>A classificação final é obtida pela fórmula 70% Atividades Físicas + 20% Aptidão Física + 10% Conhecimentos + Atitudes e valores (complemento)</p> | | |

Ensino Secundário

| Níveis de sucesso | Atividades Físicas (Matérias) 70% | | | | | | Aptidão Física 20% | Conhecimentos 10% | Atitudes e valores |
|-------------------|-----------------------------------|--|-----------|--|---------|--|--------------------|-----------------------|---|
| | 10º ano | | 11º ano | | 12º ano | | | | |
| 1 | 6NI | O aluno desenvolve as competências essenciais de NÍVEL INTRODUÇÃO em 5 matérias e de nível ELEMENTAR em 1 matéria , de diferentes subáreas e de acordo com o seguinte: 2 JDC 1 GIN 1 ARE 2 ATL/ PAT/RAQ/OUTRAS | 6NI | O aluno desenvolve as competências essenciais de NÍVEL INTRODUÇÃO em 4 matérias e de nível ELEMENTAR em 2 matérias , de diferentes subáreas e de acordo com o seguinte: Matérias obrigatórias 2 JDC 1 ATL/GIN 1 ARE Matérias opcionais 2 PAT/RAQ/OUTRAS | 6NI | O aluno desenvolve as competências essenciais de NÍVEL INTRODUÇÃO em 3 matérias e de nível ELEMENTAR em 3 matérias , de diferentes subáreas e de acordo com o seguinte: Matérias obrigatórias 2 JDC 1 ATL/GIN 1 ARE Matérias opcionais 2 PAT/RAQ/OUTRAS | 1 teste na ZSAF | Não Satisfatório | São avaliadas como complemento à avaliação das restantes áreas INDICADORES: - Comportamento - Assiduidade - Responsabilidade - Empenho e Autonomia - Cooperação e Participação Não se observa Observa-se algumas vezes Observa-se sempre DESCRITORES: E, F, G, J Auto e heteroavaliação |
| 2 | 6NI | | 6NI | | 1I+5NI | | | | |
| 3 | 6NI | | 1I+5NI | | 2I+4NI | | | | |
| 4 | 1I+5NI | | 2I+4NI | | 3I+3NI | | | | |
| 5 | 2I+4NI | | 3I+3NI | | 4I+2NI | | | | |
| 6 | 3I+3NI | | 4I+2NI | | 5I+1NI | | | | |
| 7 | 4I+2NI | | 5I+1NI | | 6I | | | | |
| 8 | 5I+1NI | | 6I | | 5I+1E | | | | |
| 9 | 6I | | 5I+1E | | 4I+2E | | | | |
| 10 | 5I+1E | | 4I+2E | | 3I+3E | | 3 testes na ZSAF | | |
| 11 | 4I+2E | | 3I+3E | | 2I+4E | | 4 testes na ZSAF | Bastante Satisfatório | |
| 12 | 3I+3E | | 2I+4E | | 1I+5E | | | | |
| 13 | 2I+4E | | 1I+5E | | 6E | | | | |
| 14 | 1I+5E | | 6E | | 1A+5E | | | | |
| 15 | 6E | | 5E+1A | | 2A+4E | | | | |
| 16 | 5E+1A | | 4E+2A | | 3A+3E | | 5 testes na ZSAF | Excelente | |
| 17 | 4E+2A | | 3E+3A | | 4A+2E | | | | |
| 18 | 3E+3A | | 2E+4A | | 5A+1E | | | | |
| 19 | 2E+1PA+3A | | 1E+1PA+4A | | 5A+1PA | | | | |
| 20 | 2E+4A | | 1E+5A | | 6A | | | | |

Nota: Os professores devem considerar um nível completo quando o aluno alcança duas partes do mesmo nível em matérias da mesma subárea. Em cada período esta regra só se pode aplicar numa única subárea.

Quando são avaliadas menos que 6 matérias, considera-se os seguintes quadros para os vários anos de escolaridade:

| ANO | 10º ANO | | | 11º ANO | | | 12º ANO | | |
|---------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|
| Valores | 5 matérias | 4 matérias | 3 matérias | 5 matérias | 4 matérias | 3 matérias | 5 matérias | 4 matérias | 3 matérias |
| 20 | 1E 4A | 4A | 3A | 5A | 4A | 3A | 5A | 4A | 3A |
| 19 | 2E 3A | 1E 3A | 1E 2A | 5A | 4A | 3A | 4A 1E | 3A 1E | 2A 1E |
| 18 | 3E 2A | 1E 3A | 1E 2A | 4A 1E | 3A 1E | 3A | 3A 2E | 3A 1E | 2A 1E |
| 17 | 4E 1A | 2E 2A | 2E 1A | 3A 2E | 3A 1E | 2A 1E | 3A 2E | 2A 2E | 1A 2E |
| 16 | 4E 1A | 3E 1A | 2E 1A | 2A 3E | 2A 2E | 2A 1E | 2A 3E | 1A 3E | 1A 2E |
| 15 | 5E | 4E | 3E | 1A 4E | 1A 3E | 1A 2E | 1A 4E | 1A 3E | 1A 2E |
| 14 | 1I 4E | 4E | 3E | 1A 4E | 1A 3E | 1A 2E | 1A 4E | 1A 3E | 3E |
| 13 | 2I 3E | 1I 3E | 1I 2E | 5E | 4E | 3E | 5E | 4E | 3E |
| 12 | 3I 2E | 2I 2E | 1I 2E | 1I 4E | 1I 3E | 3E | 1I 4E | 1I 3E | 1I 2E |
| 11 | 3I 2E | 2I 2E | 1I 2E | 2I 3E | 1I 3E | 1I 2E | 1I 4E | 2I 2E | 1I 2E |
| 10 | 4I 1E | 3I 1E | 2I 1E | 3I 2E | 2I 2E | 1I 2E | 2I 3E | 2I 2E | 1I 2E |
| 9 | 5I | 3I 1 NI | 3I | 4I 1E | 3I 1E | 2I 1E | 3I 2E | 3I 1E | 2I 1E |
| 8 | 5I | 3I 1 NI | 3I | 5I | 4I | 2I 1E | 4I 1E | 3I 1E | 2I 1E |
| 7 | 4I 1NI | 2I 2NI | 3I | 1I 4NI | 4I | 3I | 5I | 4I | 3I |
| 6 | 4I 1NI | 2I 2NI | 3I | 1I 4NI | 3I 1NI | 2I 1NI | 5I | 3I 1NI | 3I |
| 5 | 3I 2NI | 1I 3 NI | 2I 1NI | 3I 2NI | 2I 2NI | 2I 1NI | 4I 1NI | 3I 1NI | 2I 1NI |
| 4 | 2I 3NI | 1I 3 NI | 2I 1NI | 2I 3NI | 2I 2NI | 1I 2NI | 3I 2NI | 2I 2NI | 2I 1NI |
| 3 | 2I 3NI | 4 NI | 1I 2NI | 1I 4NI | 1I 3NI | 1I 2NI | 2I 3NI | 2I 2NI | 1I 2NI |
| 2 | 1I 4NI | 4 NI | 3 NI | 5NI | 4NI | 3NI | 1I 4NI | 1I 3NI | 1I 2NI |
| 1 | 5 NI | 4 NI | 3 NI | 5NI | 4NI | 3NI | 5 NI | 4NI | 3NI |

De uma forma resumida a classificação final assentará na aplicação da seguinte fórmula:

$$\text{ATIVIDADES FÍSICAS} * 70\% + \text{APTIDÃO FÍSICA} * 20\% + \text{CONHECIMENTOS} * 10\% + \text{ATITUDES E VALORES (complemento)}$$

Observações

No 2º e no 3º período a classificação obtida nos parâmetros das atividades físicas e aptidão física representa os resultados obtidos nesse período.

No 2º e no 3º período a classificação obtida, no parâmetro dos conhecimentos, a classificação é obtida pela média dos dados recolhidos ao longo dos períodos já decorridos.

Casos Especiais de Avaliação- Atestado Médico

Os alunos cuja componente prática, composta pelas áreas das Atividades Físicas e Aptidão Física, seja condicionada ou limitada por fatores de ordem física devidamente comprovados através de atestado médico, de caráter permanente ou de longa duração, estão sujeitos a um regime especial de avaliação. A avaliação nas áreas acima referidas segue os mesmos princípios que constam no presente documento sendo, no entanto, diversa a forma de avaliação, dado que os alunos se encontram incapacitados de realizar a parte prática da disciplina. A presença do aluno nas aulas é obrigatória, devidamente equipado (salvo exceções ponderadas pelo professor).

Estes alunos serão classificados de 1 a 5 (no 2º e 3º ciclos) e de 0 a 20 (no Ensino Secundário), tendo por base, para o cálculo da classificação final, as seguintes ponderações:

| Áreas | Ensino Básico 2º Ciclo | Ensino Básico 3º Ciclo | Ensino Secundário |
|-----------------------------|---------------------------|---------------------------|-------------------|
| Área dos Conhecimentos | 80% | 80% | 85% |
| Área das Atitudes e valores | 20% | 20% | 15% |

Área dos Conhecimentos

Ao nível dos conhecimentos adquiridos, a avaliação será feita recorrendo à participação nas aulas, relatórios de aula, fichas de avaliação, fichas de trabalho, dossier/trabalhos de pesquisa, regulamento e arbitragem e outras tarefas (organização e dirigismo, observação e análise das tarefas motoras,...). Os testes de avaliação serão marcados ao longo do ano de acordo com as matérias lecionadas e devido aos condicionalismos da disciplina.

Área das Atitudes e Valores

Consiste na apreciação dos parâmetros de comportamento, assiduidade, responsabilidade, empenho e autonomia e cooperação e participação.

Os alunos têm obrigatoriamente que estar presentes nas aulas, munidos do equipamento desportivo adequado e material de escrita (para retirar apontamentos sempre que necessário).

Funções que o aluno poderá desempenhar na aula:

- Organização e dirigismo;
- Arbitragem;
- Ajudas na execução de elementos gímnicos;
- Emitir opiniões críticas face à execução dos colegas;
- Colaborar na montagem e arrumação de material;
- Conhecer e cumprir as regras dos jogos desportivos.

Estes alunos serão classificados de 1 a 5 ou de 1 a 20, tal como os restantes, mas as ponderações a atribuir para o cálculo da classificação final são as seguintes:

| | | 2º ciclo | 3º ciclo | Secundário |
|------------------------------------|--|----------|----------|------------|
| Área dos conhecimentos | <i>Testes/Fichas</i> | 20% | 20% | 20% |
| | Dossier/Trabalhos | 35% | 35% | 40% |
| | Regulamento/Arbitragem | 10% | 10% | 10% |
| | Participação | 10% | 10% | 10% |
| | *Outras tarefas (organização e dirigismo, observação e análise das tarefas motoras,...) | 5% * | 5% * | 5%* |
| Área das Atitudes e Valores | Responsabilidade, assiduidade/pontualidade, cooperação/autonomia, empenho e comportamento (média aritmética de todos os parâmetros) | 20% | 20% | 15% |

*No caso deste parâmetro não ser avaliado, os 5% reverterem para o dossier/trabalhos.

Se um aluno apresentar atestado médico (AM) de curta duração, tendo efetuado em algum dos períodos letivos parte prática, ou seja, avaliação ao nível da área das atividades físicas e da aptidão física, a nota final será a média entre o resultado da nota obtida através da aplicação dos critérios de avaliação de alunos sem atestado médico e a nota obtida através da aplicação dos critérios de avaliação de alunos com atestado médico.

Ex: Av. Final = (Nota 1ºP sem AM + Nota 2ºP com AM) / 2

Almodôvar, 25 de setembro de 2023

A subcoordenadora do grupo 620

(Cristina Maria de Mendonça e Vasconcelos Teixeira)

O subcoordenador do grupo 260

(Silvério Peixeiro)