

ANO LETIVO 2017/2018



CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO  
DE

# EDUCAÇÃO FÍSICA

Ensino Básico – 2º e 3º Ciclo

Ensino Secundário  
Cursos Científico-Humanístico

## **CONSIDERAÇÕES GERAIS**

O Grupo disciplinar de Educação Física, após consulta dos Programas Nacionais de Educação Física (PNEF), do Regulamento Interno, do Projeto Educativo do Agrupamento de Escolas de Vila Real de Santo António e da legislação em vigor referente à avaliação do Ensino Básico e do Ensino Secundário, apresenta os critérios de avaliação para a disciplina de Educação Física.

### **Critérios gerais de avaliação no Ensino Básico:**

	5º	6º	7º	8º	9º
a) Competências nucleares da disciplina de Educação Física:	70%	70%	70%	70%	70%
b) Competências transversais	30%	30%	30%	30%	30%

### **Critérios gerais de avaliação no secundário:**

	10º	11º	12º
a) Competências nucleares da disciplina de Educação Física (atividades físicas+ aptidão física + conhecimentos)	80%	80%	80%
b) Competências transversais (assiduidade/responsabilidade/disciplina/empenho)	20%	20%	20%

## **ASPECTOS OPERACIONAIS DOS PROGRAMAS NACIONAIS DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

### ➤ **AVALIAÇÃO**

Apresenta duas áreas de competências de avaliação que concorrem para o sucesso em Educação Física no ensino básico e no ensino secundário; as Competências Nucleares e as Competências Transversais:

#### **COMPETÊNCIAS NUCLEARES (Quadro 1)**

##### **1. ATIVIDADES FÍSICAS (Quadro 3)**

- 1.1. Jogos e Jogos Desportivos Coletivos (Cat. B/A)\*
- 1.2. Ginástica (Cat. C/B)\*
- 1.3. Atletismo (Cat. D/C)\*
- 1.4. Atividades Rítmicas Expressivas (Cat. F/E)\*
- 1.5. Patinagem, Raquetas e Outras. (Cat. G)\*

\* – de acordo com o agrupamento de matérias referido no PNEF

##### **2. APTIDÃO FÍSICA (Quadro 4 a) e 4 b)**

- 2.1. FITescola – Zona Saudável

##### **3. CONHECIMENTOS**

- 3.1. Competências definidas de acordo com os objetivos dos PNEF.

#### **COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS (Quadro 2)**

**QUADRO 1**

COMPETÊNCIAS NUCLEARES	2º CICLO		3º CICLO			SECUNDÁRIO		
	5º	6º	7º	8º	9º	10º	11º	12º
Três grandes áreas de avaliação específicas da Educação Física	70%	70%	70%	70%	70%	80%	80%	80%
<b>1.ATIVIDADES FÍSICAS</b>	50%	50%	50%			50%		
<b>2.APTIDÃO FÍSICA</b>	10%	10%	10%			15%		
<b>3.CONHECIMENTOS</b>	10%	10%	10%			15%		

**QUADRO 2**

COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS		2º CICLO		3º CICLO			SECUNDÁRIO		
		5º	6º	7º	8º	9º	10º	11º	12º
		30%	30%	30%	30%	30%	20%	20%	20%
Assiduidade	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realização prática das atividades.</li> <li>Pontualidade;</li> <li>Material necessário à realização das atividades;</li> </ul>	15%	15%	15%	15%	15%	10%	10%	10%
Responsabilidade	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cumprimento das tarefas propostas;</li> <li>Cumprimento das regras de segurança;</li> <li>Preparação, arrumação e preservação do material.</li> </ul>	5%	5%	5%	5%	5%	5%	5%	5%
Disciplina	<ul style="list-style-type: none"> <li>Relacionamento com os outros (atuação social): Relacionamento com os professores, colegas, funcionários;</li> <li>Comportamento – atitude nas aulas;</li> <li>Comportamento – atitude em atividades de Educação Física.</li> </ul>	5%	5%	5%	5%	5%	2,5%	2,5%	2,5%
Participação	<ul style="list-style-type: none"> <li>Participação em atividades de Educação Física;</li> <li>Iniciativa pessoal;</li> <li>Interesses diversificados.</li> <li>Utilização das TIC (Elaboração de trabalhos escritos e apresentações orais)</li> <li>Língua portuguesa (Compreensão e expressão em língua portuguesa)</li> </ul>	5%	5%	5%	5%	5%	2,5%	2,5%	2,5%

5	4	3	2	1
17,5 – 20	13,5 – 17,4	9,5 – 13,4	5,5 – 9,4	5,4 – 0
Sempre	Frequentemente	Algumas vezes	Raramente	Nunca

**QUADRO 3**

**1.ATIVIDADES FÍSICAS - REGRAS PARA A SELEÇÃO DAS MODALIDADES A LECIONAR E AVALIAR**

<b>ENSINO BÁSICO (2º ciclo)</b>				<b>ENSINO BÁSICO (3º ciclo)</b>				<b>ENSINO SECUNDÁRIO</b> (CURSOS CIENTIFICO-HUMANÍSTICOS)					
No final do ano letivo, são selecionadas 6 matérias sendo 3 as matérias obrigatórias por ano de escolaridade pertencentes às categorias A, B,C, D e 3 matérias onde o aluno obteve melhor performance respeitando o número de matérias por categorias.				No final do ano letivo, são selecionadas as 5 (7 e 8º anos) ou as 6 (9ºano) melhores matérias, sendo a matéria da resistência obrigatória em todos os anos de escolaridade. Em cada categoria (A, B e C) são referidas as matérias que devem ser abordadas, mas não implicando a obrigatoriedade da sua avaliação. No entanto fica ao critério do professor a escolha de mais uma modalidade dentro de cada categoria.				No final do ano letivo, são selecionadas as 6 melhores matérias, sendo a matéria da resistência obrigatória em todos os anos de escolaridade. Em cada categoria (A, B e C) são referidas as matérias que devem ser abordadas, mas não implicando a obrigatoriedade da sua avaliação. No entanto fica ao critério do professor a escolha de mais uma modalidade dentro de cada categoria.					
CAT	Nº MATÉRIAS A SELECIONAR NO FINAL DO ANO LETIVO 2º CICLO		MATÉRIAS A ABORDAR 2º CICLO	CAT	Nº MATÉRIAS A SELECIONAR NO FINAL DO ANO LETIVO 3º CICLO		MATÉRIAS A ABORDAR 3º CICLO	CAT	Nº MATÉRIAS A SELECIONAR NO FINAL DO ANO LETIVO SECUNDÁRIO		MATÉRIAS A ABORDAR SECUNDÁRIO		
A/B	JOGOS E JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS Andebol; Basquetebol; Voleibol; Futsal/Futebol.	2	5º Ano - voleibol	A	JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS Andebol; Basquetebol; Voleibol; Futsal/Futebol	7º/8º Anos	1	7º - Andebol	A	JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS Andebol; Basquetebol; Voleibol; Futsal/Futebol.	10º, 11º anos	1 ou 2	10º - Andebol
			6º Ano - basquetebol			9º Ano	1 ou 2	8º - Voleibol			12º Ano	1 ou 2	11º - Voleibol
C	GINÁSTICA Solo; Aparelhos; Acrobática	1 ou 2	5º Ano – Ginást. de solo	B	GINÁSTICA Solo; Aparelhos; Acrobática	7º/8º Anos	1	7º - Ginástica de solo	B	GINÁSTICA Solo; Aparelhos; Acrobática	10º, 11º anos	1 ou 2	10º - Ginástica de solo
			6º Ano – Ginást. de aparelhos			9º Ano	1 ou 2	8º - Ginástica acrobática			12º Ano	0 ou 1	11º - Ginástica acrobática
D	ATLETISMO Corridas Saltos Lançamentos	1 ou 2	5º, 6º Ano – Resistência	C	ATLETISMO Corridas Saltos Lançamentos	7º/8º Anos	1	7º, 8º e 9º Anos Resistência (matéria obrigatória a avaliar)	C	ATLETISMO Corridas Saltos Lançamentos	10º, 11º e 12º Anos	1 ou 2	10º, 11º e 12º Anos Resistência (matéria obrigatória a avaliar)
						9º Ano	1 ou 2						
F	DANÇA	1	Critério do professor	E	DANÇA	7º/8º/9º Anos		Critério do professor	E	DANÇA	10,11,12º	1	Critério do professor
G	OUTRAS Patinagem; Raquetas; J. Tradicionais; Exploração Nat. Natação	1 ou 2	Critério do professor	G	OUTRAS Patinagem; Raquetas; J. Tradicionais; Exploração Nat. Natação	7º/8º Anos	1	Critério do professor	G	OUTRAS Patinagem; Raquetas; J. Tradicionais; Exploração Nat. Natação	10º/11º Anos	1 ou 2	Critério do professor
						9º Ano	1 ou 2				12º Ano	1 a 3	

## 2. APTIDÃO FÍSICA

Bateria de testes utilizada: FITescola® que valoriza essencialmente o conceito de Zona Saudável.

Pretende-se que o aluno perceba a importância da prática regular de atividade física para um crescimento e desenvolvimento saudáveis que é conseguido com a melhoria da aptidão física. Ser fisicamente ativo vai ajudar o aluno a ter uma melhor aptidão física e a combater os comportamentos sedentários típicos (*sentado a ver televisão, a estudar, a usar o computador*).

O aluno deve ser capaz de:

Desenvolver capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF) do programa FITescola, para a sua idade e sexo.

### QUADRO 4

<b>Testes do FITescola</b>	<b>APTIDÃO AERÓBIA</b>	Vaivém/Milha
	<b>APTIDÃO MUSCULAR</b>	Abdominais Flexões de braços Impulsão Horizontal Impulsão Vertical Flexibilidade de ombros (1) Flexibilidade dos membros inferiores(2)
	<b>COMPOSIÇÃO CORPORAL*</b>	IMC Perímetro da cintura Massa Gorda

\* Indicador de saúde, fator não avaliado. Ao critério do professor a sua aplicação

(1) Sim: contacto da ponta dos dedos atrás das costas em ambos os braços

(2) Sim: quando atinge o valor de referência da ZSAF em ambos os lados.

### ENSINO BÁSICO

#### QUADRO 4a

Nível 5	Encontra-se na ZSAF – FITescola: <ul style="list-style-type: none"><li>• 1 dos testes de aptidão aeróbia</li><li>• Todos os testes de aptidão muscular</li></ul>
Nível 4	Encontra-se na ZSAF – FITescola: <ul style="list-style-type: none"><li>• 1 dos testes de aptidão aeróbia</li><li>• 4 a 5 dos testes de aptidão muscular</li></ul>
Nível 3	Encontra-se na ZSAF – FITescola: <ul style="list-style-type: none"><li>• 1 dos testes de aptidão aeróbia</li><li>• 3 dos testes de aptidão muscular</li></ul>
Nível 2	Encontra-se na ZSAF – FITescola: <ul style="list-style-type: none"><li>• em 3 dos testes do FITescola</li></ul>
Nível 1	Encontra-se na ZSAF – FITescola: <ul style="list-style-type: none"><li>• em 2 ou menos testes do FITescola</li></ul>

ENSINO SECUNDÁRIO

**QUADRO 4b**

20 Valores	Encontra-se na ZSAF – FITescola: <ul style="list-style-type: none"><li>• 1 dos testes de aptidão aeróbia</li><li>• Todos os testes de aptidão muscular</li></ul>
17 Valores	Encontra-se na ZSAF – FITescola: <ul style="list-style-type: none"><li>• 1 dos testes de aptidão aeróbia</li><li>• 5 dos testes de aptidão muscular</li></ul>
13 Valores	Encontra-se na ZSAF – FITescola: <ul style="list-style-type: none"><li>• 1 dos testes de aptidão aeróbia</li><li>• 4 dos testes de aptidão muscular</li></ul>
10 Valores	Encontra-se na ZSAF – FITescola: <ul style="list-style-type: none"><li>• 1um dos testes de aptidão aeróbia</li><li>• 3 dos testes de aptidão muscular</li></ul>
8 Valores	Encontra-se na ZSAF – FITescola: <ul style="list-style-type: none"><li>• em 6 testes do FITescola</li></ul>
7 Valores	Encontra-se na ZSAF – FITescola: <ul style="list-style-type: none"><li>• em 5 testes do FITescola</li></ul>
6 Valores	Encontra-se na ZSAF – FITescola: <ul style="list-style-type: none"><li>• em 4 ou menos testes do FITescola</li></ul>

### 3. CONHECIMENTOS

Nesta área, o professor pode escolher 3 itens para avaliação (*não é obrigatório a abordagem dos 3 itens*):

1. Testes teóricos;
2. Trabalhos estipulados em grupo e/ou individual;
3. Questionamento direto pelo professor e/ou observação nas aulas em situação de jogo / exercício.

Nestes itens são analisados os seguintes aspetos:

- a) Conhecimentos e aplicações das regras das diferentes modalidades;
- b) Fundamentos (individuais e coletivos) técnicos-táticos/elementos gímnicos das modalidades;
- c) Conhecimento do vocabulário específico;
- d) Conhecimentos relativos aos fatores da aptidão física e saúde
- e) Aprendizagem dos processos de desenvolvimento e manutenção da condição física;
- f) Conhecimentos relativos a: aula de educação física (espaço da aula, materiais, regras – antes, durante e depois da aula); educação física e desporto; corpo humano (conhecimento geral); educação desportiva (fair play); estilos de vida (benefícios da atividade física na saúde mental, física e social, alimentação).

**Nota: os trabalhos entregues para além da data estipulada fica sujeito a uma penalização:**

- a) Até uma semana, 25% de penalização
- b) A partir de uma semana, os trabalhos terão a cotação de zero.

Ensino Básico		
Escala Percentual	Nível	Menção Qualitativa
0-19	1	Fraco
20	1	Não satisfaz
25	1,25	
30	1,5	
35	1,75	
40	2	
45	2,25	
49	2,45	Satisfaz
50	2,5	
55	2,75	
60	3	
65	3,25	
69	3,45	
70	3,5	Satisfaz Bem
75	3,75	
80	4	
85	4,25	
89	4,45	
90	4,50	Excelente
95	4,75	
100	5	

Ensino Secundário		
Escala Percentual	Escala de valores	Menção Qualitativa
0-27	0-5,4	Muito Fraco
27,5	5,5	Fraco
30	6	
35	7	
40	8	
45	9	
47	9,4	
47,5	9,5	Suficiente
50	10	
55	11	
60	12	
65	13	
67	13,4	
67,5	13,5	Bom
70	14	
75	15	
80	16	
85	17	
87	17,4	
87,5	17,5	Muito Bom
90	18	
95	19	
100	20	

## SISTEMA DE AVALIAÇÃO CONTINUA: ENSINO BÁSICO E ENSINO SECUNDÁRIO

Como a avaliação é um processo contínuo, as classificações finais em cada período letivo terão em conta as seguintes normas: A classificação a atribuir aos alunos do Ensino Básico e do Ensino Secundário é o resultado dos valores encontrados nas Competências Transversais e nas Competências Nucleares (nas três Áreas de avaliação da disciplina de Educação Física respeitando as respetivas percentagens que estão atribuídas).

### **1º Período letivo:**

#### BÁSICO:

$[(M1+M2+M3+M4) / (2/3/4) * 50\%] + (\text{Aptidão Física} * 10\%) + (\text{Conhecimentos} * 10\%) + (\text{Competências Transversais} * 30\%) = \text{Av. final}$

#### SECUNDÁRIO:

$[(M1+M2+M3+M4) / (2/3/4) * 50\%] + (\text{Aptidão Física} * 15\%) + (\text{Conhecimentos} * 15\%) + (\text{Competências Transversais} * 20\%) = \text{Av. final}$

### **2º Período letivo:**

5º ao 8º ANOS: escolhidas as 4 ou 5 melhores matérias

$[(M1+M2+M3+M4+M5) / (4/5) * 50\%] + (\text{Aptidão Física} * 10\%) + (\text{média Conhecimentos} * 10\%) + (\text{média Competências Transversais} * 30\%) = \text{Av. final}$

9ºANO: escolhidas as 5 ou 6 melhores matérias

$[(M1+M2+M3+M4+M5+M6) / (5/6) * 50\%] + (\text{Aptidão Física} * 10\%) + (\text{média Conhecimentos} * 10\%) + (\text{média Competências Transversais} * 30\%) = \text{Av. final}$

10º ao 12ºANOS: escolhidas as 5 ou 6 melhores matérias

$[(M1+M2+M3+M4+M5+M6) / (5/6) * 50\%] + (\text{Aptidão Física} * 15\%) + (\text{média Conhecimentos} * 15\%) + (\text{média Competências Transversais} * 20\%) = \text{Av. final}$

### **3º Período letivo:**

7º e 8º ANOS: escolhidas as 5 melhores matérias

$[(M1+M2+M3+M4+M5) / 5 * 50\%] + (\text{Aptidão Física} * 10\%) + (\text{média Conhecimentos} * 10\%) + (\text{média Competências Transversais} * 30\%) = \text{Av. final}$

5º, 6º e 9ºANOS: escolhidas as 6 melhores matérias

$[(M1+M2+M3+M4+M5+M6) / 6 * 50\%] + (\text{Aptidão Física} * 10\%) + (\text{média Conhecimentos} * 10\%) + (\text{média Competências Transversais} * 30\%) = \text{Av. final}$

10º ao 12ºANOS: escolhidas as 6 melhores matérias

$[(M1+M2+M3+M4+M5+M6) / 6 * 50\%] + (\text{Aptidão Física} * 15\%) + (\text{média Conhecimentos} * 15\%) + (\text{média Competências Transversais} * 20\%) = \text{Av. final}$



## **ALUNOS COM ATESTADO MÉDICO**

### **Dispensa da atividade física por curtos períodos de tempo**

A dispensa da componente prática da aula de Educação Física por curtos períodos de tempo, inferior a 5 dias, é possível mediante apresentação de um documento, devidamente fundamentado, pelo encarregado de educação, ao diretor de turma para informação ao professor de educação física, explicitando claramente a limitação que impossibilita/condiciona o aluno à prática de atividades físicas desportivas.

Se a limitação/condicionamento do aluno à prática de atividades físicas desportivas for superior a 5 dias segue os trâmites legais da dispensa da atividade física por período de tempo prolongado.

A dispensa da componente prática da aula de Educação Física obriga o aluno a estar presente na aula e disponível para colaborar nas tarefas que o professor entender adequadas.

O aluno que se encontrar nesta situação deve, por iniciativa própria, participar na aula, ajudando o professor e os colegas e cumprir as regras e as tarefas da aula.

### **Dispensa da atividade física por período de tempo prolongado**

A dispensa da componente prática da aula de Educação Física por período prolongado, só é possível mediante a apresentação, junto do diretor do agrupamento de atestado médico explicitando de forma clara a limitação que impossibilita/condiciona o aluno à prática de atividades físicas desportivas.

Se a impossibilidade/condicionamento do aluno à prática de atividades físicas e desportivas for de caráter permanente, deve o encarregado de educação entregar atestado médico no ato de matrícula do aluno, quando há lugar a mudança de ciclo e no início do novo ano letivo.

Os alunos abrangidos por estas medidas serão alvo da aplicação de critérios de avaliação diferenciados, aprovados em departamento curricular e em conselho pedagógico. **(Quadro 5)**

### **ATESTADO MÉDICO DE MÉDIA E LONGA DURAÇÃO – Um período letivo ou mais.**

O aluno deverá apresentar um Atestado Médico que indique:

- a) As atividades físicas que estão interditas ao aluno;
- b) As atividades físicas que são permitidas de um modo condicionado;
- c) As atividades físicas que, por serem benéficas para o aluno, podem ser praticadas sem contraindicação.

Caso o professor entenda, o aluno poderá ser avaliado nas três áreas executando tarefas alternativas nas matérias que apresenta limitações. Aqui também se incluem todos os alunos que se apresentem inseridos no Decreto-lei nº3/2008. Para estes alunos existirão adaptações curriculares na disciplina caso o professor entenda necessário.

**CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO para alunos impossibilitados de realizar qualquer tipo de atividade física e desportiva:**

### ÁREA DAS COMPETENCIAS NUCLEARES

#### QUADRO 5

AVALIAÇÃO DAS ATIVIDADES FÍSICAS E APTIDÃO FÍSICA	BÁSICO 60%	SECUNDÁRIO 65%
➤ <b>Pequenos trabalhos temáticos e/ou testes e/ou questionamento em aula e/ou relatório da aula:</b> -Trabalhos e/ou testes e/ou questionamento oral e/ou relatório da aula sobre as diferentes matérias que constituem o currículo do ano escolar em que o aluno se encontram. -Questionamento direto pelo professor e observação direta nas aulas em situação de jogo / exercício	10%	10%
➤ <b>Tarefas de Arbitragem:</b> - Adequar a sua atuação, como árbitro, às regras do jogo.	10%	15%
➤ <b>Realização de pequenos aquecimentos à turma:</b> - Indica exercícios, de uma forma sequencial, para ativar partes do corpo: aquecimento articular e alongamentos.	10%	10%
➤ <b>Organização e Ajudas na aula:</b> - Cooperando nas situações de aprendizagem e de organização; - Assumindo compromissos e responsabilidades de organização e preparação das atividades;	10%	10%
➤ <b>Participação nas aulas de Educação Física:</b> O aluno deverá comparecer equipado em todas as aulas. - Participar ativamente em todas as situações e procurar o êxito pessoal e do grupo - Relacionando-se com cordialidade e respeito com os seus colegas; - Interessando-se e apoiando os esforços dos colegas com oportunidade, promovendo a entreajuda;	10%	10%
➤ <b>Cumprimento das tarefas e regras das aulas:</b>	10%	10%

### ÁREA DOS CONHECIMENTOS

Aplicam-se os critérios da avaliação em educação física, **(QUADRO1)**

### ÁREA DAS COMPETENCIAS TRANSVERSAIS

Aplicam-se os critérios da avaliação em educação física, **(QUADRO2)**

O Departamento de Expressões – Grupo de Educação Física  
Data: 14 / novembro / 2017