



ÁREAS	PONDERAÇÕES	PARÂMETROS	INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO
ATIVIDADES FÍSICAS (MATÉRIAS)	50%	Competência nas matérias lecionadas estando o conteúdo de cada especificado em quatro níveis: não introdutório, introdutório, elementar e avançado.	Exercício Critério Circuito Percurso Jogo reduzido e/ou jogo formal Questão oral
APTIDÃO FÍSICA	20%	Situação dentro da Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF), nos testes da Bateria FitEscola.	Testes de aptidão física das baterias FitEscola
CONHECIMENTOS	10%	Conhecimentos definidos pelo Grupo de Educação Física, relativos aos objetivos do Programa Nacional de Educação Física.	Teste Trabalho individual, em pares e/ou em grupo
ATITUDES	20%	<b>RESPONSABILIDADE</b>	Grelhas de Observação e Registo Momentos de auto e heteroavaliação
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Apresenta o material necessário;</li> <li>▪ É assíduo e pontual;</li> <li>▪ Está atento e concentrado;</li> <li>▪ Tem sentido de responsabilidade realizando, por exemplo, os trabalhos solicitados nos prazos estabelecidos.</li> </ul>	
		<b>COOPERAÇÃO</b>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Cooperar com os colegas e com o docente;</li> <li>▪ Desenvolve atitudes e comportamentos de ajuda e solidariedade.</li> </ul>	
		<b>RESPEITO</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Cumpre as normas estabelecidas pelo estatuto do aluno e as regras de funcionamento da sala de aula;</li> <li>▪ Respeita os outros, nomeadamente os colegas e o docente.</li> </ul>			
<b>ATENÇÃO/PARTICIPAÇÃO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Está atento e concentrado;</li> <li>▪ Participa de forma construtiva e organizada;</li> <li>▪ Realiza as tarefas que lhe são propostas.</li> </ul>		
<b>ESPÍRITO CRÍTICO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Reflete sobre o processo de aprendizagem e redefine-o sempre que necessário;</li> <li>▪ Participa de forma construtiva e organizada;</li> <li>▪ Apresenta opiniões fundamentadas sobre as temáticas abordadas.</li> </ul>		



Alunos e alunas com atestado médico

ÁREAS	PONDERAÇÕES	PARÂMETROS	INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO
CONHECIMENTOS	80%	Conhecimentos definidos pelo Grupo de Educação Física, relativos aos objetivos do Programa Nacional de Educação Física.	Teste  Trabalho individual, em pares e/ou em grupo
ATITUDES	20%	<b>RESPONSABILIDADE</b>	Grelhas de Observação e Registo  Momentos de auto e heteroavaliação
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Apresenta o material necessário;</li> <li>▪ É assíduo e pontual;</li> <li>▪ Está atento e concentrado;</li> <li>▪ Tem sentido de responsabilidade realizando, por exemplo, os trabalhos solicitados nos prazos estabelecidos.</li> </ul>	
		<b>COOPERAÇÃO</b>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Cooperar com os colegas e com o docente;</li> <li>▪ Desenvolve atitudes e comportamentos de entreajuda e solidariedade.</li> </ul>	
		<b>RESPEITO</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Cumpre as normas estabelecidas pelo estatuto do aluno e as regras de funcionamento da sala de aula;</li> <li>▪ Respeita os outros, nomeadamente os colegas e o docente.</li> </ul>			
<b>ATENÇÃO/PARTICIPAÇÃO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Está atento e concentrado;</li> <li>▪ Participa de forma construtiva e organizada;</li> <li>▪ Realiza as tarefas que lhe são propostas.</li> </ul>		
<b>ESPÍRITO CRÍTICO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Reflete sobre o processo de aprendizagem e redefine-o sempre que necessário;</li> <li>▪ Participa de forma construtiva e organizada;</li> <li>▪ Apresenta opiniões fundamentadas sobre as temáticas abordadas.</li> </ul>		



## Documento de apoio à aplicação dos Critérios de Avaliação da disciplina de Educação Física

### ENSINO SECUNDÁRIO (CURSOS CIENTÍFICO-HUMANÍSTICOS)

Classificação do aluno = Atividade Física x 0.50 + Aptidão Física x 0.20 + Conhecimentos x 0.10 + Atitudes x 0.20

Classificação do aluno com atestado médico = Conhecimentos x 0.80 + Atitudes x 0.20

### ATIVIDADES FÍSICAS

De forma a operacionalizar a avaliação da área das Atividades Físicas, o desempenho em cada matéria lecionada é enquadrado num dos seguintes níveis:

- Não Introdutório (NI)
- Parte do Introdutório (I<sup>-</sup>)
- Introdutório (I)
- Parte do Elementar (E<sup>-</sup>)
- Elementar (E)
- Parte do Avançado (A<sup>-</sup>)
- Avançado (A)

Os níveis de desempenho apresentam uma correspondência em valores, considerando a escala definida para o ano de escolaridade e o nível de exigência definido para o mesmo, como se apresenta na tabela 1.

Tabela 1: Correspondência para os níveis de desempenho para cada matéria.

	10º Ano	11º Ano	12º Ano
	Valor	Valor	Valor
NI	-7	-7	-7
I <sup>-</sup>	[7; 9]		
I	[10; 12]	[7; 9]	[7; 9]
E <sup>-</sup>	[13; 15]	[10; 12]	[10; 12]
E	[16; 18]	[13; 15]	[13; 15]
A <sup>-</sup>		[16; 18]	[16; 18]
A	[19; 20]	[19; 20]	[19; 20]

No Ensino Secundário a classificação da área Atividades Físicas será a média aritmética de todas as classificações encontradas em cada uma das matérias lecionadas.

**Nota:** As **competências avaliadas** em cada **Atividade Física (matéria)** foram definidas pelo Departamento de Educação Física tendo em consideração o PNEF e estão definidas no Projeto Curricular de Educação Física.



## APTIDÃO FÍSICA

As Capacidades Físicas a avaliar e os respetivos testes da Bateria FITescola estão representadas no quadro 1.

Quadro 1: Capacidades Físicas e testes de avaliação

Capacidades Físicas	Testes
Aptidão Aeróbia	Vaivém (VV)
Aptidão Muscular	a) Abdominais (ABD); b) Flexões de Braços (FlxBr); c) Senta e Alcança (SA); d) Impulsão horizontal (ImpH); e) Flexibilidade dos ombros (FlxOmb).

A avaliação da área da Aptidão Física será realizada de acordo com a tabela 2, no final de cada período.

Tabela 2: Avaliação da Aptidão Física

Referências	Ensino Secundário
O aluno <i>está</i> dentro da zona saudável do teste VV	6
O aluno <i>não está</i> dentro da zona saudável do teste VV	0
O aluno <i>está</i> dentro da zona saudável do teste ABD	4
O aluno <i>não está</i> dentro da zona saudável do teste ABD	0
O aluno <i>está</i> dentro da zona saudável do teste FlxBr	4
O aluno <i>não está</i> dentro da zona saudável do teste ExtB	0
O aluno <i>está</i> dentro da zona saudável do teste SA	2
O aluno <i>não está</i> dentro da zona saudável do teste SA	0
O aluno <i>está</i> dentro da zona saudável do teste ImpH	2
O aluno <i>não está</i> dentro da zona saudável do teste ImpH	0
O aluno <i>está</i> dentro da zona saudável do teste FlxOmb	2
O aluno <i>não está</i> dentro da zona saudável do teste FlxOmb	0
	20

**Nota:** O protocolo desta bateria de testes encontra-se no Projeto Curricular de Educação Física. As tabelas de referência desta bateria podem ser encontradas na página [www.fitescola.dge.mec.pt](http://www.fitescola.dge.mec.pt)



## CONHECIMENTOS

O aluno revela os conhecimentos definidos pelo Departamento de Educação Física, relativos aos objetivos integrados no Programa Nacional e explícitos no documento Projeto Curricular de Educação Física e a classificação dos testes/trabalhos obedece à nomenclatura prevista no Regulamento Interno da escola.

Caso haja lugar a realização de trabalho escrito, o mesmo será classificado de acordo com a tabela tabela3.

**Tabela 3: Itens para classificação do trabalho escrito**

Item	Valores
Capa	0,5
Índice	0,5
Introdução	3
Desenvolvimento	11
Conclusão	3
Paginação	0,5
Bibliografia	1,5
TOTAL	20



## ATITUDES

A avaliação das Atitudes é feita de acordo com a tabela 4.

Tabela 4: Atitudes no espaço de aula

Referências	Ensino Secundário
<b>RESPONSABILIDADE</b>	
O aluno é sempre responsável	4
O aluno não é responsável 1 vez por período	3
O aluno não é responsável 2 a 3 vezes por período	2
O aluno não é responsável 4 vezes por período	1
O aluno não é responsável 5 vezes ou mais por período	0
<b>ATENÇÃO/PARTICIPAÇÃO</b>	
O aluno empenha-se/participa sempre nas atividades propostas por período	4
O aluno não se empenha/participa nas atividades propostas 1 vez por período	3
O aluno não se empenha/participa nas atividades propostas 2 a 3 vezes por período	2
O aluno não se empenha/participa nas atividades propostas 4 a 5 vezes por período	1
<b>RESPEITO</b>	
O aluno nunca revelou falta de respeito/comportamentos fora da tarefa	4
O aluno revelou falta de respeito/comportamentos fora da tarefa 1 vez por período	3
O aluno revelou falta de respeito/comportamentos fora da tarefa 2 vezes por período	2
O aluno revelou falta de respeito/comportamentos fora da tarefa 3 vezes por período	1
O aluno revelou falta de respeito/comportamentos fora da tarefa 4 ou mais vezes por período	0
<b>COOPERAÇÃO</b>	
O aluno é sempre cooperante	4
O aluno não coopera 1 vez por período	3
O aluno não coopera 2 a 3 vezes por período	2
O aluno não coopera 4 vezes por período	1
O aluno não coopera 5 vezes ou mais por período	0
<b>ESPIRITO CRÍTICO</b>	
O aluno, de forma geral, apresenta espírito crítico	4
O aluno não apresenta espírito crítico	0
	<b>20</b>