

Critérios de avaliação – Educação Física – 3º ciclo – Curso de Educação e Formação (Tipo 2 e 3)

1 - ATIVIDADES FÍSICAS E DESPORTIVAS

2 - APTIDÃO FÍSICA

3 - ATITUDES

ÁREAS	INSTRUMENTOS	CRITÉRIOS	PERCENTAGEM (VALOR)	
1 - Atividades Físicas e Desportivas	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Grelhas de observação ▪ Fichas de trabalho ▪ Trabalhos individuais, de pares e de grupo ▪ Fichas de avaliação formativa / sumativa 	“Critérios de Educação Física” - Anexo	50%	
2 - Aptidão Física	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Grelhas de observação 	“Critérios do Fitescola” - Anexo	10%	
3 - Atitudes	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Grelhas de observação 	<p>Comportamento:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aceita as decisões da arbitragem e trata com cordialidade e respeito os colegas de equipa e adversários. 	20%	40%
		<p>Responsabilidade:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Colabora na preparação, arrumação, preservação do diverso material utilizado. • Empenha-se ativamente em todas as tarefas propostas pelo professor, revelando atenção e interesse. • Cooperar com os companheiros nas situações propostas, contribuindo para a progressão nas aprendizagens (“êxito pessoal e do grupo”). 	10%	
		<p>Empenho e interesse:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Traz todo o material necessário para a aula. • Realiza as propostas de trabalho de uma forma responsável, garantindo a segurança na realização das mesmas. • É pontual. 	10%	

Anexo - Critérios de avaliação – Educação Física – 3º ciclo – Curso de Educação e Formação (Tipo 2 e 3)

1 - Área das Atividades e Físicas Desportivas / Matérias (50%)

O Departamento de Educação Física definiu os seguintes **Critérios de Educação Física**, no 3º ciclo:

	8º ANO			9º ANO		
Áreas	Atividades Físicas	Aptidão Física	Conhecimentos	Atividades Físicas	Aptidão Física	Conhecimentos
Nível 1	Falta de assiduidade; não cumpre tarefas; recusa em participar					
Nível 2	Combinações abaixo do definido para o nível 3					
Nível 3	5 Níveis Introdução (3 categorias, 2 JDC)	Desenvolver capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa <i>FITescola</i> [®] , para a sua idade e sexo: Aptidão Aeróbia (“vaivém”); Força Superior (“flexões de braços”); Força Média (“abdominais”); Força Inferior (“impulsão horizontal”); Flexibilidade (“senta e alcança”).	O aluno demonstra conhecimentos definidos no Plano Plurianual de Educação Física.	5 Níveis Introdução (4 categorias, 2 JDC)	Desenvolver capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa <i>FITescola</i> [®] , para a sua idade e sexo: Aptidão Aeróbia (“vaivém”); Força Superior (“flexões de braços”); Força Média (“abdominais”); Força Inferior (“impulsão horizontal”); Flexibilidade (“senta e alcança”).	O aluno demonstra conhecimentos definidos no Plano Plurianual de Educação Física.
Nível 4	4 Níveis Introdução e 1 Elementar (3 categorias, 2 JDC)			4 Níveis Introdução e 1 Elementar (4 categorias, 2 JDC)		
Nível 5	5 Níveis Introdução e 1 Elementar (4 categorias, 2 JDC e 1 GIN)			4 Níveis Introdução e 2 Elementar (4 categorias, 2 JDC e 1 GIN)		

OBSERVAÇÃO: Os alunos dispensados da componente prática da disciplina de Educação Física, por períodos de tempo prolongados, cumprirão os objetivos definidos para as áreas dos Conhecimentos e Atitudes, de acordo com a seguinte ponderação: **CONHECIMENTOS – 60 % e ATITUDES – 40 %**

Critérios de avaliação – Educação Física – 3º ciclo – Curso de Educação e Formação (Tipo 2 e 3)

2 - Área da Aptidão Física (10%)

Nesta área avalia-se o nível de desenvolvimento da Aptidão Física, através da aplicação da bateria de testes do Fitescola®: Aptidão Aeróbia (“vaivém”); Força Média (“abdominais”); Força Superior (“flexões de braços”); Força Inferior (“impulsão horizontal”); Flexibilidade (“senta e alcança”).

Esta avaliação permite-nos recolher informação sobre se o aluno se encontra dentro ou fora dos limites da Zona Saudável, nas capacidades mais diretamente relacionadas com a Saúde (Resistência, Força, Flexibilidade e Composição Corporal – avaliada através de Índice de Massa Corporal / Percentagem de Massa Gorda / Perímetro de Cintura).

Para a avaliação final, os alunos deverão ter como referência a Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF), de acordo com a seguinte tabela:

Classificação (valores)	Testes
1	▪ 0/1 teste na ZSAF
2	▪ 2 testes na ZSAF
3	▪ 3 testes na ZSAF
4	▪ 4 testes na ZSAF
5	▪ 5 testes na ZSAF

3 - Atitudes (40%)

Domínios	Competências / parâmetros de avaliação		Instrumentos	Pesos	
Atitudes	Comportamento	<ul style="list-style-type: none"> • Aceita as decisões da arbitragem e trata com cordialidade e respeito os colegas de equipa e adversários. 	<ul style="list-style-type: none"> • Grelha de observação de desempenhos comportamentais 	20%	40%
	Empenho	<ul style="list-style-type: none"> • Colabora na preparação, arrumação, preservação do diverso material utilizado. • Empenha-se nas situações de treino ou de avaliação, e aceita as indicações do professor para a melhoria dos aspetos associados à sua condição física; revela atenção e interesse. 		10%	
		<ul style="list-style-type: none"> • Cooperar com os companheiros nas situações propostas, contribuindo para a progressão nas aprendizagens (“êxito pessoal e do grupo”) e garantindo a segurança na realização das mesmas. 			
	Responsabilidade	<ul style="list-style-type: none"> • Traz todo o material necessário para a aula. • Realiza as propostas de trabalho de uma forma autónoma e responsável. • É pontual. 		10%	

No Domínio das Atitudes, as competências a avaliar ao nível do Comportamento, Empenho e Responsabilidade, obedecem aos critérios de classificação da tabela abaixo indicada:

Critérios de classificação		Níveis
Critérios de observação e registo	Complemento de observação	
Muito Insuficiente - nunca demonstra as competências definidas ...	“...mesmo quando solicitado pelo professor”	1
Insuficiente - raramente demonstra as competências definidas ...	“... mesmo sendo pedido pelo professor”	2
Suficiente - demonstra algumas vezes as competências definidas ...	“... apenas quando pedido pelo professor”	3
Bom - demonstra regularmente as competências definidas ...	“... de forma autónoma e voluntária”	4
Muito Bom - demonstra sistemática e consistentemente as competências definidas ...	“... serve de referência para os pares”	5