Critérios de avaliação – Educação Física – Cursos Científico Humanísticos – Secundário – 10º ano / 11º ano / 12º ano

Domínios	ACPA*	Pesos	Indicadores / Parâmetros de avaliação		Instrumentos e situações de avaliação (do aluno)	Documentos de registo (do professor)
Saber Fazer / Saber / Saber Estar (Conhecimentos e Capacidades) O aluno deve ficar capaz de:	C/E/ G/J	55%	**Atividades Físicas e Desportivas**	· **JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS** (**duas matérias**) - cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo dos Jogos Desportivos Coletivos (Andebol, Basquetebol, Futebol, Corfebol e Voleibol), realizando com oportunidade e correção as ações técnico-táticas, em todas as funções, conforme a posição em cada fase do jogo, aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro. · **GINÁSTICA / ATLETISMO** (**uma matéria**) - compor, realizar e analisar esquemas individuais e em grupo da Ginástica (Acrobática, Solo e Aparelhos), aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação das destrezas, e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios; realizar com oportunidade e correção as ações técnicas do Atletismo. · **ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS (uma matéria)** - apreciar, compor e realizar, nas Atividades Rítmicas Expressivas (Step / Dança), sequências de elementos técnicos elementares em coreografias individuais e ou em grupo, aplicando os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições. · **OUTRAS (duas matérias)** - realizar com oportunidade e correção as ações técnico-táticas de 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; realizar Atividades de Exploração da Natureza, aplicando correta e adequadamente as técnicas específicas, respeitando as regras de organização, participação e especialmente de preservação da qualidade do ambiente; cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo dos Jogos Desportivos Coletivos (Rugby, Softebol), realizando com oportunidade e correção as ações técnico-táticas, em todas as funções, conforme a posição em cada fase do jogo, aplicando as regras, como jogador, e também como árbitro.	Situação de jogo e/ou em exercício critério; sequência de elementos técnicos / gímnicos; coreografia; percurso.	Grelhas de observação e registo dos desempenhos por matéria: - observação e registo de situação de jogo e/ou em exercício critério; - sequência de elementos técnicos / gímnicos; - coreografia; - percurso.
	F/G/J	20%	**Aptidão Física**	· Desenvolver capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa *FITescola®*, para a sua idade e sexo: Aptidão Aeróbia ("vaivém"); Força Superior ("flexões de braços"); Força Média ("abdominais"); Força Inferior ("impulsão horizontal" e "impulsão vertical"); Flexibilidade ("senta e alcança" ou "flexibilidade de ombros").	Bateria de testes Fitescola® de aptidão muscular e aeróbia	Grelhas de observação e registo (plataforma Fitescola®)
	A/B/ D/F/I	15%	**Conhecimentos**	· Relacionar a Aptidão Física e Saúde, identificando os fatores associados a um estilo de vida saudável; · Interpretar a dimensão sociocultural dos desportos e da atividade física na atualidade e ao longo dos tempos; · 10º ano - Realizar a prestação de socorro a uma vítima de paragem cardiorrespiratória, no contexto das atividades físicas ou outro e interpretá-la como uma ação essencial, reveladora de responsabilidade individual e coletiva.	Testes escritos Trabalhos Apresentações Questionamento oral	Grelhas de observação e classificação

Saber Estar / Saber Ser	E/F/G	10 %	2 %	**Comportamento**	· Trata com cordialidade e respeito o professor e os colegas. · Aceita as decisões da arbitragem. · Realiza as propostas de trabalho garantido garantindo a segurança na realização das mesmas.	Desempenho comportamental na sala de aula	Grelhas de observação de desempenhos

(Atitudes)			3 %	**Empenho**	· Revela atenção e interesse. · Participa ativamente nas situações de treino e de avaliação.		comportamentais
			2 %	**Cooperação**	· Revela espírito de entreajuda e colabora com os colegas nas situações propostas, contribuindo para a progressão nas aprendizagens ("êxito pessoal e do grupo"). · Colabora na preparação, arrumação e preservação do material utilizado.		
			3 %	**Responsabilidade**	· Traz todo o material necessário para a aula. · Cumpre as orientações do professor para a melhoria das aprendizagens **e r**ealiza as propostas de trabalho de forma autónoma. · É pontual.		

***ACPA – ÁREAS DE COMPETÊNCIA DO PERFIL DOS ALUNOS:** **A** - Linguagens 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.

No **10º, 11º e 12º anos**, a Avaliação em Educação Física é contínua, possui um carácter essencialmente formativo e tem como referências o Perfil do Aluno à Saída da Escolaridade Obrigatória, e as Aprendizagens Essenciais em Educação Física, e encontra-se organizada em torno de quatro grandes áreas de demonstração de competências:

1 - ATIVIDADES FÍSICAS E DESPORTIVAS	**2-APTIDÃO FÍSICA**	**3- CONHECIMENTOS**	**4 - ATITUDES**

1 - Área das Atividades e Físicas Desportivas / Matérias (55%)

Nesta área são avaliadas as competências relativas às matérias de ensino da Educação Física.

Subáreas	**Matérias**	
Jogos Desportivos Coletivos	2 matérias	Andebol, Basquetebol, Corfebol, Voleibol, Futebol
Atividades Rítmicas e Expressivas	1 matéria	Danças, Step
Ginástica / Atletismo	1 matéria	Ginástica (acrobática, solo, aparelhos) / Atletismo
Outras	2 matérias	Atividades de Exploração da Natureza - Orientação, Badminton, Rugby, Softbol

As matérias de ensino da Educação Física encontram-se especificadas em 3 níveis de complexidade crescente: **Introdução, Elementar e Avançado**. Esta especificação integra competências motoras, participação e conhecimentos relativos a cada uma das matérias (regulamento, técnica, tática, etc.). No presente ano letivo, para os **10º, 11º e 12º anos**, na área das **Atividades Físicas e Desportivas / Matérias**, o Departamento de Educação Física definiu que o aluno é enquadrado num desses três níveis de complexidade, em função do seu nível de desempenho, resultando numa menção quantitativa de 0 a 20 conforme a seguinte tabela de conversão:

10.º ano	11.º ano	12.º ano

Nível de Competências	Classificação (valores)	Nível de Competências	Classificação (valores)	Nível de Competências	Classificação (valores)
Não Atinge o Introdutório	0-8	Não Atinge o Introdutório	0-7	Não Atinge o Introdutório	0-6
Parte do Introdução	9-11	Parte do Introdução	8-10	Parte do Introdução	7-9
Introdução	12-13	Introdução	11-12	Introdução	10-11
Parte do Elementar	14-15	Parte do Elementar	13-14	Parte do Elementar	12-13
Elementar	16-17	Elementar	15-16	Elementar	14-15
Parte do Avançado	18-19	Parte do Avançado	17-18	Parte do Avançado	16-17
Avançado	20	Avançado	19-20	Avançado	18-20

Das matérias lecionadas e avaliadas, são escolhidas para a classificação do aluno as melhores 6 matérias nas Subáreas: Jogos Desportivos Coletivos – 2 matérias; Atividades Rítmicas e Expressivas – 1 matéria; Ginástica / Atletismo – 1 matéria; Outras – 2 matérias.

A atribuição do nível PI (Parte do Introdução), PE (Parte do Elementar) e PA (Parte do Avançado) implica a aquisição de pelo menos 50 % das competências do nível Introdução, Elementar e Avançado, respectivamente.
A atribuição de nível I (Introdução), E (Elementar) ou A (Avançado) implica a aquisição de todas as aprendizagens / competências definidas pelo Departamento e que consta em documento próprio.

A diferenciação dentro do intervalo de classificação far-se-á com referência aos seguintes critérios:
- Correção técnica;
- Frequência da observação da competência;
- Conhecimento e aplicação das regras da AFD.

2 - Área da Aptidão Física (20%)

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” / “impulsão vertical”); Flexibilidade* (“senta e alcança” / “flexibilidade de ombros”).

Nota: * Entre estes dois testes (“senta e alcança” / “flexibilidade de ombros”), será selecionado o melhor.

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:

Itens / Testes	Observações	Classificação (valores)	Itens / Testes	Observações	Classificação (valores)
0	0 Item na ZS	**5**	**4**	4 Itens na ZS	**12**
1	1 Item na ZS	**6**		4 Itens na ZS (obrigatório Aptidão Aeróbia)	**13**
	1 Item na ZS (Obrigatório Aptidão Aeróbia)	**7**		4 Itens na ZS (obrigatório 1 Perfil Atlético)	**14**
2	2 Itens na ZS	**8**	**5**	5 Itens na ZS	**15**
	2 Itens na ZS (Obrigatório Aptidão Aeróbia)	**9**		5 Itens na ZS (obrigatório Aptidão Aeróbia)	**16**
3	3 Itens na ZS	**10**		5 Itens na ZS (obrigatório 1 perfil Atlético)	**17**
	3 Itens na ZS (Obrigatório Aptidão Aeróbia)	**11**	**6**	6 Itens na ZS	**18**
				6 Itens na ZS (obrigatório Aptidão Aeróbia Perfil Atlético)	**19**
				6 Itens na ZS (obrigatório Aptidão Aeróbia Perfil Atlético + 1 Teste Perfil Atlético)	**20**

Nota: A escolha deste sistema de classificação baseou-se no que está plasmado no Decreto-Lei n.º 55/2018, de 6 de julho,

3 – Conhecimentos (15%)

Nesta área são avaliados os conhecimentos: i) relacionados com os processos de desenvolvimento e manutenção da aptidão física numa perspetiva de saúde; ii) de interpretação da dimensão sociocultural dos desportos e da atividade física na atualidade e ao longo dos tempos; no 10 º ano, ainda, iii) relativos à prestação de socorro a uma vítima de paragem cardiorrespiratória, no contexto das atividades físicas ou outro.
De acordo com a planificação da turma, o professor utilizará para a avaliação da área dos conhecimentos os instrumentos mais adequados aos alunos: testes escritos, trabalhos individuais, trabalhos de grupo, apresentações, questionamento oral.
Para Trabalhos Escritos é obrigatório a sua apresentação pública (meios audiovisuais). A avaliação do Trabalho tem um peso de 40%, e da Apresentação 60% (indicadores: 1 - discurso sintético e organizado; 2 - correção gramatical / clareza; 3 - domínio do tema e conteúdos; 4 - uso de TICs adequadas à apresentação).

4 - Saber Estar / Saber ser - Atitudes (10%)

Avaliação Saber Estar/Saber Ser – A avaliação deste domínio será realizada por perfis de Desempenho

SABER SER/ESTAR - NÍVEIS E DESCRITORES DE DESEMPENHO					
	Descritores / Níveis de desempenho				
Subdomínios / Indicadores	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
Responsabilidade Pontualidade Apresentação do material necessário à aula Cumprimento das orientações relativas à aprendizagem	O aluno manifesta atitudes desadequadas em todos ou quase todos os parâmetros	O aluno manifesta atitudes desadequadas na maioria dos parâmetros	O aluno manifesta atitudes adequadas, com alguma frequência, na maioria dos parâmetros	O aluno manifesta frequentemente atitudes adequadas na maioria dos parâmetros	O aluno manifesta quase sempre, ou sempre, atitudes adequadas em todos os parâmetros
Empenho Participação nas atividades (na aula ou fora dela) Persistência na realização dos trabalhos/estudo Rigor e seriedade na execução das tarefas	O aluno manifesta atitudes desadequadas em todos ou quase todos os parâmetros	O aluno manifesta atitudes desadequadas na maioria dos parâmetros	O aluno manifesta atitudes adequadas, com alguma frequência, na maioria dos parâmetros	O aluno manifesta frequentemente atitudes adequadas na maioria dos parâmetros	O aluno manifesta quase sempre, ou sempre, atitudes adequadas em todos os parâmetros
Comportamento Respeito pelos colegas e pelo professor; Respeito pelo espaço, equipamentos e regras de segurança Adequação e oportunidade das intervenções na aula; interação Atenção e postura na aula	O aluno manifesta atitudes desadequadas em todos ou quase todos os parâmetros	O aluno manifesta atitudes desadequadas na maioria dos parâmetros	O aluno manifesta atitudes adequadas, com alguma frequência, na maioria dos parâmetros	O aluno manifesta frequentemente atitudes adequadas na maioria dos parâmetros	O aluno manifesta quase sempre, ou sempre, atitudes adequadas em todos os parâmetros
Cooperação e espírito de entreajuda Colaboração com os outros; Apoio aos colegas nas tarefas de aprendizagem e sua organização**.**	O aluno manifesta atitudes desadequadas em todos ou quase todos os parâmetros	O aluno manifesta atitudes desadequadas na maioria dos parâmetros	O aluno manifesta atitudes adequadas, com alguma frequência, na maioria dos parâmetros	O aluno manifesta frequentemente atitudes adequadas na maioria dos parâmetros	O aluno manifesta quase sempre, ou sempre, atitudes adequadas em todos os parâmetros
Classificações	**1-5**	**6-9**	**10-13**	**14-17**	**18-20**

Critérios de avaliação – Educação Física – Cursos Científico Humanísticos – Secundário – 10º ano / 11º ano / 12º ano – Casos especiais

Os alunos com caraterísticas especiais ou com atestado médico, serão sinalizados e analisados caso a caso, admitindo-se a possibilidade de se proceder a adaptações curriculares e das normas de avaliação. Assim, a todos os alunos que, por motivo de doença comprovada por atestado médico ou devido à sua composição corporal, evidenciem a impossibilidade de atingir as competências definidas no plano de turma, o professor deverá:

- Definir metas intermédias com objetivos menos exigentes;
- Estabelecer objetivos terminais com menor grau de exigência;
- Adaptar a exigência das matérias à situação e características de cada aluno;
- Premiar a evolução evidenciada ao longo do ano letivo;
- Dar conhecimento, ao conselho de turma e aos encarregados de educação do plano a implementar nestes casos.

Alunos com Atestado Médico

Os alunos em situação especial que justifiquem a elaboração de um projeto curricular individual podem inserir-se num de três grupos:

1 - alunos com dispensa parcial da prática;
2 - alunos com dispensa total da prática durante um período de tempo determinado;
3 - alunos com dispensa total de prática durante o ano letivo.

1 - Alunos com dispensa parcial da prática

Os alunos com dispensa parcial da prática terão adequações de currículo e de avaliação que o professor considerar ajustadas ao problema apresentado, de modo a garantir uma educação física de acordo com a saúde e o bem-estar dos alunos. As decisões tomadas devem ser do conhecimento dos alunos em questão, seus encarregados de educação e conselho de turma, para que os resultados da avaliação possam ser compreendidos nesse contexto.

2 e 3 - Alunos com dispensa total da prática (por tempo determinado ou durante todo o ano letivo)

Os alunos que se encontram nesta situação serão avaliados de acordo com a tabela abaixo indicada; em cada área, o professor seleciona as tarefas e competências mais adaptadas à situação e caraterísticas do aluno.

Área	Parâmetros de avaliação	Tarefas e competências a adaptar à situação e caraterísticas do aluno
Atividades Físicas e Desportivas /	Trabalhos escritos	● Pesquisar sobre as matérias/conteúdos abordados nas aulas. ● Elaborar trabalho escrito sobre a bateria de testes do Fitescola® referenciando os testes em que os colegas são avaliados.

Aptidão Física (70%)	Apresentação oral	● Apresentar aos colegas matérias pesquisadas e/ou de conteúdos relacionados com as Atividades Físicas / Aptidão Física. ● Apresentar as Atividades Físicas realizadas nas aulas, nomeadamente a sua história, caraterização, regras, aspetos técnicos e táticos das diferentes matérias (modalidades), através de trabalhos escritos e exposição oral.
	Arbitragem	● Conhecer e aplicar as exigências dos regulamentos/ normas em situações de prática dos colegas. ● Evidenciar competências na arbitragem dos jogos dos colegas, demonstrando assim o seu conhecimento na aplicação das exigências dos regulamentos como juiz/árbitro que terá que dominar.
	Relatórios Aula	● Elaborar relatório descrevendo os conteúdos, estratégias, organização, etc., ocorridos na aula.
	Testes	● Evidenciar conhecimentos relativos às matérias das Atividades Físicas. / Aptidão Física. ● Evidenciar conhecimento das regras de segurança inerentes às várias matérias.
	«Ajudas»	● Demonstrar conhecimento e, se tal for possível, aplicar as "ajudas" nas diversas matérias, nomeadamente na ginástica acrobática, de solo e de aparelhos.
	Testes Fitescola®	● Cooperar na medição dos testes de condição física dos colegas.
Conhecimentos (20%)	Teste / Trabalhos escritos	● Desenvolver as mesmas competências que os restantes alunos da turma sem qualquer alteração específica.
	Portefólio	● Armazenar e estruturar a informação produzida e recolhida.
Saber Estar / Saber Ser (Atitudes) (10%)	Comportamento	● Tratar com cordialidade e respeito os colegas. ● Aceitar as opções e falhas dos colegas, ajudando-os a superar as suas dificuldades.
	Empenho	● Colaborar no transporte, controlo e arrumação do material utilizado nas aulas, demonstrando conhecimentos que permitam fazê-lo de forma autónoma. ● Revelar atenção e interesse.
	Cooperação	● Cooperar com os companheiros nas situações propostas, contribuindo para a progressão nas aprendizagens ("êxito pessoal e do grupo").
	Responsabilidade	● Trazer todo o material necessário para a aula. ● Realizar as propostas de trabalho de uma forma autónoma e responsável. ● Ser pontual.

Os Indicadores / Parâmetros de avaliação a avaliar ao nível do Comportamento, Empenho, Cooperação e Responsabilidade, obedecem aos critérios de classificação da tabela abaixo indicada:

SABER SER/ESTAR - NÍVEIS E DESCRITORES DE DESEMPENHO					
	Descritores / Níveis de desempenho				
Subdomínios / Indicadores	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
Responsabilidade Pontualidade Apresentação do material necessário à aula Cumprimento das orientações relativas à aprendizagem	O aluno manifesta atitudes desadequadas em todos ou quase todos os parâmetros	O aluno manifesta atitudes desadequadas na maioria dos parâmetros	O aluno manifesta atitudes adequadas, com alguma frequência, na maioria dos parâmetros	O aluno manifesta frequentemente atitudes adequadas na maioria dos parâmetros	O aluno manifesta quase sempre, ou sempre, atitudes adequadas em todos os parâmetros
Empenho Participação nas atividades (na aula ou fora dela) Persistência na realização dos trabalhos/estudo Rigor e seriedade na execução das tarefas	O aluno manifesta atitudes desadequadas em todos ou quase todos os parâmetros	O aluno manifesta atitudes desadequadas na maioria dos parâmetros	O aluno manifesta atitudes adequadas, com alguma frequência, na maioria dos parâmetros	O aluno manifesta frequentemente atitudes adequadas na maioria dos parâmetros	O aluno manifesta quase sempre, ou sempre, atitudes adequadas em todos os parâmetros
Comportamento Respeito pelos colegas e pelo professor; Respeito pelo espaço, equipamentos e regras de segurança Adequação e oportunidade das intervenções na aula; interação Atenção e postura na aula	O aluno manifesta atitudes desadequadas em todos ou quase todos os parâmetros	O aluno manifesta atitudes desadequadas na maioria dos parâmetros	O aluno manifesta atitudes adequadas, com alguma frequência, na maioria dos parâmetros	O aluno manifesta frequentemente atitudes adequadas na maioria dos parâmetros	O aluno manifesta quase sempre, ou sempre, atitudes adequadas em todos os parâmetros
Cooperação e espírito de entreajuda Colaboração com os outros; Apoio aos colegas nas tarefas de aprendizagem e sua organização**.**	O aluno manifesta atitudes desadequadas em todos ou quase todos os parâmetros	O aluno manifesta atitudes desadequadas na maioria dos parâmetros	O aluno manifesta atitudes adequadas, com alguma frequência, na maioria dos parâmetros	O aluno manifesta frequentemente atitudes adequadas na maioria dos parâmetros	O aluno manifesta quase sempre, ou sempre, atitudes adequadas em todos os parâmetros
Classificações	**1-5**	**6-9**	**10-13**	**14-17**	**18-20**