

Agrupamento de Escolas Vila Flor
ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA DE VILA FLOR

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO

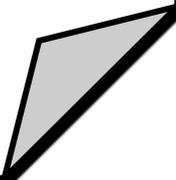
EDUCAÇÃO FÍSICA

SECUNDÁRIO

(10º Ano)

D.L. 55/2018

Ano Letivo 2018/ 2019



A classificação atribuída reflete as competências adquiridas pelos alunos nos seguintes domínios/ áreas:

- **Atividades Físicas**

O aluno desenvolve as competências essenciais para o 10.º ano de escolaridade de nível INTRODUÇÃO em 5 matérias e de nível ELEMENTAR numa matéria, de diferentes subáreas.

- **Aptidão Física**

O aluno deverá encontrar-se na Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF) de acordo com os testes do programa *FITescola*® adotados para as seguintes capacidades condicionais:

	CAPACIDADE	TESTE
T.1	Resistência	“Vai-vem”
T.2	Velocidade	40mt
T.3	Força superior	Flexão-extensão de braços
T.4	Força média	Abdominais
T.5	Força inferior	Impulsão horizontal
T.6	Flexibilidade dos ombros	Tocar com os dedos da mão contrária atrás das costas.
T.7	Flexibilidade dos membros inferiores	“Senta e alcança”

- **Atitudes/ Comportamentos/ Valores**

Em termos avaliativos são considerados os seguintes parâmetros:

- Comportamento/ Atitudes e Valores;
- Participação/ Interesse/ Cooperação;
- Assiduidade/ Pontualidade/ Material.

No parâmetro assiduidade é considerada falta sempre que o aluno não está presente na aula, independentemente de esta ausência estar ou não justificada.

Sempre que um aluno não possa realizar a aula por razões de saúde ou por falta de material, o aluno nestas circunstâncias deverá assistir à aula, auxiliando e colaborando com o professor e os colegas de acordo com as tarefas/ instruções propostas pelo professor da disciplina, nomeadamente transporte de material, aluno como árbitro, cooperação na consecução de exercícios da aula, relatório da aula, trabalho de pesquisa, entre outras de caráter não prático que o docente da disciplina achar pertinente.

- **Conhecimentos**

Dominar as competências essenciais previstas para este domínio a desenvolver nas aulas práticas e em Projeto de Turma (anexo 1).

DE NÍVEL 1 A NÍVEL 6

Atividades Físicas

O aluno:

- Não executa nenhuma técnica adequada a cada modalidade desportiva constante dos conteúdos programáticos do seu ano letivo (quer nos desportos coletivos quer nos individuais).

Aptidão Física

O aluno:

O aluno apenas se encontra na Zona Saudável da Aptidão Física em **um** dos Testes físicos realizados.

Atitudes/ Comportamentos/ Valores

O aluno:

- É muito pouco assíduo e pontual;
- Muitas vezes não traz o material necessário para a aula;
- Participa muito pouco nas aulas;
- Revela total desinteresse pelas aulas;
- Não possui qualquer tipo de autodomínio;
- Não colabora nem consegue trabalhar em grupo;
- Não respeita as regras;
- Não respeita os outros (colegas, professores e funcionários);
- É muito pouco responsável e indisciplinado;
- Não cumpre as normas de higiene e cuidados próprios.

Conhecimentos

O aluno:

- Não conhece qualquer regra fundamental das modalidades desportivas;
- Não conhece o objetivo da modalidade desportiva;
- Não conhece nem identifica os elementos técnicos das modalidades desportivas abordadas.
- Não sabe como utilizar corretamente os espaços, os materiais e aparelhos específicos das diferentes modalidades desportivas abordadas;
- Não cumpre com a maioria das tarefas previstas no Projeto de Turma.

DE NÍVEL 7 A NÍVEL 9

Atividades Físicas

O aluno:

- Executa um número reduzido de técnicas de cada modalidade desportiva, constante dos conteúdos programáticos do seu ano letivo (quer nos desportos coletivos quer nos individuais), mas de forma pouco correta;
- Não consegue aplicar/ interpretar as regras mínimas fundamentais das modalidades desportivas abordadas.

Aptidão Física

O aluno:

- O aluno apenas se encontra na Zona Saudável da Aptidão Física em **dois** dos Testes físicos realizados.

Atitudes/ Comportamentos/ Valores

O aluno:

- É pouco assíduo e pontual;
- Por vezes não traz o material necessário para a aula;
- Participa nas atividades propostas, de forma indisciplinada ou incorreta;
- Revela pouco interesse pelas aulas;
- Revela dificuldades no seu autodomínio;
- Revela dificuldades em se integrar no trabalho de grupo;
- Respeita com dificuldades as regras previstas previamente estabelecidas;
- Nem sempre respeita os outros (colegas, professores e funcionários);
- É pouco responsável e por vezes indisciplinado;
- Nem sempre cumpre as normas de higiene e cuidados próprios.

Conhecimentos

O aluno:

- Conhece um número reduzido das regras fundamentais das modalidades desportivas abordadas;
- Conhece e identifica um número reduzido de elementos técnicos das modalidades desportivas abordadas;
- Muitas vezes não utiliza corretamente os espaços, os materiais e aparelhos específicos das diferentes modalidades desportivas abordadas;
- Cumpre com algumas das tarefas previstas no Projeto de Turma de forma pouco satisfatória.

DE NÍVEL 10 A NÍVEL 14

Atividades Físicas

O aluno:

- Executa com correção aceitável as técnicas de cada modalidade desportiva constante dos conteúdos programáticos do seu ano letivo (quer nos desportos coletivos quer nos individuais), de forma a atingir com algum sucesso o objetivo das mesmas;
- Aplica e interpreta com algum sucesso as regras mínimas fundamentais da maioria das modalidades desportivas abordadas.

Aptidão Física

O aluno:

- O aluno apenas se encontra na Zona Saudável da Aptidão Física em **quatro** dos Testes físicos realizados.

Atitudes/ Comportamentos/ Valores

O aluno:

- É normalmente assíduo e pontual;
- Normalmente traz o material necessário para a aula;
- Participa e colabora nas aulas e nas atividades propostas;
- Revela algum autodomínio;
- Participa e integra-se regularmente no trabalho de grupo;
- Respeita as regras estabelecidas;
- Revela espírito de equipa e espírito desportivo;
- Respeita os outros;
- É razoavelmente responsável e disciplinado;
- Cumpre as normas de higiene e cuidados próprios.

Conhecimentos

O aluno:

- Conhece as regras mínimas fundamentais que lhe permitem concretizar o objetivo das modalidades desportivas abordadas;
- Conhece e identifica os elementos técnicos fundamentais da maioria das modalidades desportivas abordadas;
- Sabe como utilizar corretamente a maioria dos espaços, materiais e aparelhos específicos das diferentes modalidades desportivas abordadas;
- Cumpre com as tarefas previstas no Projeto de Turma de forma satisfatória.

DE NÍVEL 14 A NÍVEL 17

Atividades Físicas

O aluno:

- Executa com correção a maioria dos elementos técnico-táticos de cada modalidade desportiva constante dos conteúdos programáticos do seu ano letivo (quer nos desportos coletivos quer nos individuais), de forma a atingir com êxito o objetivo das mesmas;
- Aplica e interpreta com êxito as regras fundamentais das modalidades desportivas abordadas.

Aptidão Física

O aluno:

- O aluno apenas se encontra na Zona Saudável da Aptidão Física em **seis** dos Testes físicos realizados.

Atitudes/ Comportamentos/ Valores

O aluno:

- É assíduo e pontual;
- Traz o material necessário para a aula;
- Participa e colabora com interesse nas atividades da aula;
- Revela autodomínio nas suas condutas;
- Cooperar com o professor e com os colegas nas atividades propostas;
- Integra-se com facilidade no trabalho de grupo;
- Respeita as regras estabelecidas;
- Revela bom espírito de equipa e desportivo;
- Revela iniciativa e criatividade;
- Respeita os outros;
- É responsável;
- Cumpre as normas de higiene e cuidados próprios.

Conhecimentos

O aluno:

- Conhece as regras fundamentais das modalidades desportivas abordadas;
- Conhece e identifica os elementos técnico-táticos das modalidades desportivas abordadas;
- Sabe como utilizar corretamente os espaços, os materiais e aparelhos específicos das diferentes modalidades desportivas abordadas;
- Cumpre com as tarefas previstas no Projeto de Turma de forma muito satisfatória.

NÍVEL 18 A NÍVEL 20

Atividades Físicas

O aluno:

- Executa com elevada correção a maioria dos elementos técnico-táticos das modalidades desportivas abordadas, de forma a atingir o objetivo das mesmas;
- Aplica e interpreta com elevado êxito as regras das modalidades desportivas abordadas.

Aptidão Física

O aluno:

- O aluno encontra-se na Zona Saudável da Aptidão Física na totalidade dos Testes físicos realizados.

Atitudes/ Comportamentos/ Valores

O aluno:

- É assíduo e pontual;
- Traz sempre o material necessário para a aula;
- Participa e colabora com interesse e entusiasmo em todas as atividades da aula;
- Revela grande autodomínio nas suas condutas;
- Cooperava sempre com o professor e com os colegas nas atividades propostas;
- Integra-se com grande facilidade no trabalho de grupo;
- Respeita as regras estabelecidas;
- Revela um excelente espírito de equipa e espírito desportivo;
- Revela grande iniciativa e criatividade;
- Respeita os outros;
- É muito responsável.
- Cumpre as normas de higiene e cuidados próprios

Conhecimentos

O aluno:

- Conhece muito bem as regras das modalidades desportivas abordadas;
- Conhece e identifica os elementos técnico-táticos das modalidades desportivas abordadas;
- Sabe como utilizar corretamente os espaços, os materiais e aparelhos específicos das diferentes modalidades desportivas abordadas.
- Cumpre com as tarefas previstas no Projeto de Turma de forma exemplar.

CLASSIFICAÇÃO FINAL - PONDERAÇÕES

A classificação atribuída no final de cada período engloba os quatro domínios/ áreas, sendo atribuída a cada um as seguintes ponderações:

Atividades Físicas (Saber Fazer) 45%:

- (30%) Avaliação contínua/ formativa dos conteúdos programáticos;
- (15%) Avaliação prática final dos conteúdos programáticos.

Notas:

- a) Neste domínio, cada Unidade Didática (U.D.) lecionada tem uma ponderação aritmeticamente equivalente, ou seja, caso sejam lecionadas duas UD, cada uma delas valerá 22,5% (22,5%x2), para efeitos da nota final.
- b) Caso determinada UD, por força das circunstâncias seja lecionada em proporções temporais diferentes, o professor poderá atribuir uma percentagem diferente a cada uma delas.

Assim teremos para este domínio:

$$(30\% \times \text{Av.Contínua UD.1} + 15\% \times \text{Av.Final UD.1}) + (30\% \times \text{Av.Contínua UD.2} + 15\% \times \text{Av.Final UD.2}) + \dots$$

Nº de UD abordadas (2)

Aptidão Física (Testes do FITescola) 10%:

Nº total de testes na ZSAF	Classificação
7 testes na ZSAP	20 valores
6 testes na ZSAF	18 valores
5 testes na ZSAP	15 valores
4 testes na ZSAP	12 valores
3 testes na ZSAP	9 valores
2 testes na ZSAP	6 valores
1 testes na ZSAP	3 valores
0 testes na ZSAP	0 valores

(Quadro nº 1)

Conhecimentos (Saber) 10%:

Aulas práticas Educação Física	<ul style="list-style-type: none"> • Conhecimentos teóricos dos conteúdos programáticos; • Relatórios das aulas; • Trabalhos de pesquisa bibliográfica (com ou sem apresentação); • Fichas de trabalho; • Testes escritos (apenas obrigatório no caso de alunos com atestado médico de longa duração). 	5%
Projeto de Turma	<ul style="list-style-type: none"> • Trabalho de pesquisa; • Trabalho de campo; • Trabalhos projeto em articulação interdisciplinar; • Entre outros 	5%
		10%

Nota: o professor opta pelo instrumento ou conjunto de instrumentos mais adequado à turma.

As fichas de avaliação são classificadas de 0 a 20 valores.

Atitudes/ Comportamentos/ Valores (Saber Estar) 35 %:

- Comportamento/ Atitudes e Valores;
- Participação/ Interesse/ Cooperação;
- Assiduidade/ Pontualidade/ Material.

Exemplos:

Comportamento/ Atitudes/ Valores

(refere-se aos comportamentos e atitudes durante um período)

O aluno não tem pontos negativos	20 valores
O aluno tem até 1 ponto negativo	18 valores
O aluno tem até 2 pontos negativos	16 valores
O aluno tem até 3 pontos negativos	14 valores
O aluno tem até 4 pontos negativos	12 valores
O aluno tem até 5 pontos negativos	10 valores
O aluno tem até 6 pontos negativos	8 valores
O aluno tem até 7 pontos negativos	6 valores
O aluno tem até 8 pontos negativos	4 valores
O aluno tem até 9 pontos negativos	2 valores
O aluno tem até 10 pontos negativos	0 valores

(Quadro nº 2)

Assiduidade / Pontualidade / Material

(refere-se ao número de faltas do aluno por período)

0 faltas	20 valores
1 falta	18 valores
2 faltas	16 valores
3 faltas	14 valores
4 faltas	12 valores
5 faltas	10 valores
6 faltas	8 valores
7 faltas	6 valores
8 faltas	4 valores
9 faltas	2 valores
10 faltas	0 valores

(Quadro nº 3)

Nota: os pontos negativos correspondem ao número de vezes que o aluno revelou comportamentos ou atitudes impróprias.

ALUNOS COM ATESTADO MÉDICO – LONGA DURAÇÃO

Os alunos impossibilitados de realizar qualquer tipo de atividade física seja ela total, parcial ou adaptada, por razões que coloquem em risco o seu estado de saúde e sempre que devidamente comprovadas por Atestado Médico de longa duração^{a)}, serão avaliados de acordo com os seguintes critérios de avaliação:

DOMÍNIO/ÁREAS		Descritores do Perfil dos alunos	Atividades /Instrumentos de Avaliação	Fator de Ponderação	
ATIVIDADES FÍSICAS				0%	0%
APTIDÃO FÍSICA				0%	0%
CONHECIMENTOS	Aulas	A B C D G I	Questionamento direto; Testes; Trabalhos de pesquisa; Fichas de trabalho; Relatórios das aulas. ^{b)}	50%	60%
	Projeto de Turma			10%	
ATITUDES/ COMPORTAMENTOS/ VALORES	Comportamento/ Atitudes e Valores	D E F G	- Observação direta; - Grelhas de registo	10%	40%
	Participação/ Interesse/ Cooperação			10%	
	Pontualidade			10%	
	Assiduidade			10%	

De salientar que os alunos portadores de Atestado Médico terão de estar presentes nas aulas, devendo assistir, bem como colaborar com o professor e colegas nas tarefas solicitadas, nomeadamente como árbitro nas diferentes modalidades, transporte de material ou como auxiliar do professor em outras tarefas necessárias para um melhor funcionamento da aula.

Notas:

- a) Compreende-se um período de tempo que impossibilite a recolha de elementos de avaliação contínua (no domínio das atividades físicas e da aptidão física) suficientes para a avaliação de uma Unidade Didática.
- b) O professor seleciona o conjunto de instrumentos de avaliação que achar mais conveniente.

ANEXO 1

Departamento de Expressões

DISCIPLINA DE EDUCAÇÃO FÍSICA

2018 / 2019

Critérios de Avaliação - 10.º Ano (Ensino Secundário)

ORGANIZADOR		Nº de matérias	APRENDIZAGENS ESSENCIAIS: CONHECIMENTOS, CAPACIDADES E ATITUDES			Fator de Ponderação	
DOMÍNIO/ÁREAS	SUBÁREA		MATÉRIAS	O aluno deve ficar capaz de:	Descritores do Perfil dos alunos		Atividades / Instrumentos de Avaliação
ATIVIDADES FÍSICAS (D.PSICOMOTOR) (Nível de Introdução: 5 matérias; Nível Elementar: 1 matéria)	JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS	(2 matérias)	BASQUETEBOL; FUTEBOL; ANDEBOL; VOLEIBOL	Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo, nos Jogos Desportivos Coletivos (Basquetebol, Futebol, Andebol, Voleibol), 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.	A B C D E F G H I J J	<ul style="list-style-type: none"> • Observação direta; • Grelhas de registo; • Exercícios critério; • Jogo reduzido; • Jogo formal 	45%
	GINÁSTICA	(1 matéria)	ACROBÁTICA; SOLO; APARELHOS	Compor, realizar e analisar esquemas individuais e em grupo da Ginástica (Acrobática, Solo ou Aparelhos), aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação das destrezas, e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios.			
	ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS	(1 matéria)	DANÇA; DANÇAS SOCIAIS; DANÇAS TRADICIONAIS	Apreciar, compor e realizar, nas Atividades Rítmicas Expressivas (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais), sequências de elementos técnicos elementares em coreografias individuais e ou em grupo, aplicando os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições.			
	ATLETISMO		CORRIDAS; SALTOS; LANÇAMENTOS; MARCHA.	Realizar e analisar, no Atletismo, saltos, corridas, lançamentos e marcha, cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento, não só como praticante, mas também como juiz.			

	PATINAGEM	(2 matérias)		Patinar adequadamente em combinações de deslocamentos e paragens, com equilíbrio e segurança, realizando as ações técnico-táticas elementares em jogo e as ações de composições rítmicas «individuais» e «a pares».	A B C D E F G H I J	<ul style="list-style-type: none"> • Observação direta; • Grelhas de registo; • Exercícios critério; • Jogo reduzido; • Jogo formal 	
	RAQUETAS		BADMINTON; TÉNIS; TÉNIS DE MESA.	Realizar com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares, nos Jogos de Raquetas (Badminton, Ténis e Ténis de Mesa) garantindo a iniciativa e ofensividade em participações «individuais» e «a pares», aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro.			
	OUTRAS		DESPORTOS DE COMBATE	Realizar com oportunidade e correção as ações do domínio de oposição em Atividade de Combate (Luta), utilizando as técnicas elementares de projeção e controlo, com segurança (própria e do opositor) e aplicando as regras, quer como executante quer como árbitro.			
			ORIENTAÇÃO	Realizar Percursos (Orientação) elementares, utilizando técnicas de orientação e respeitando as regras de organização, participação, e de preservação da qualidade do ambiente.			
			NATAÇÃO	Deslocar-se com segurança no Meio Aquático (Natação), coordenando a respiração com as ações propulsivas específicas das técnicas selecionadas.			
			JOGOS TRADICIONAIS E POPULARES	Praticar e conhecer Jogos Tradicionais Populares de acordo com os padrões culturais característicos.			
	APTIDÃO FÍSICA			RESISTÊNCIA; FORÇA; VELOCIDADE; FLEXIBILIDADE; DESTREZA GERAL			

CONHECIMENTOS (D.COGNITIVO)			<p>Relacionar a Aptidão Física e Saúde, identificando os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras, a composição corporal, a alimentação, o repouso, a higiene, a afetividade e a qualidade do meio ambiente.</p> <p>Interpretar a dimensão sociocultural dos desportos e da atividade física na atualidade e ao longo dos tempos, identificando fenómenos associados a limitações e possibilidades de prática dos desportos e das atividades físicas, tais como: o sedentarismo e a evolução tecnológica, a poluição, o urbanismo e a industrialização, relacionando-os com a evolução das sociedades.</p> <p>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:</p> <ul style="list-style-type: none"> • cumpre e explica a importância da cadeia de sobrevivência (ligar 112, reanimar, desfibrilhar, estabilizar); • assegura as condições de segurança para o reanimador, vítima e terceiros; • realiza o exame primário da vítima, numa breve sucessão de ações, avaliando a sua reatividade, a permeabilização da via aérea e a ventilação; • contacta os serviços de emergência (112) prestando a informação necessária (vítima, local, circunstâncias) de forma clara e eficiente; • realiza as manobras de Suporte Básico de Vida e Desfibrilhação Automática Externa (SBVDAE), de acordo com o algoritmo atual, emanado pelo <i>European Resuscitation Council</i> (ERC); • reconhece uma obstrução grave e ligeira da via aérea, aplicando as medidas de socorro adequadas (encorajamento da tosse, remoção de qualquer obstrução visível, palmadas interescapulares, manobra de <i>Heimlich</i>). 	A B C D G I	<ul style="list-style-type: none"> • Questionamento direto; • Relatórios de aula; • Trabalhos de pesquisa; • Fichas de avaliação 	5%	10%
	PROJETO DE TURMA	Aprendizagem dos processos de elevação e manutenção da aptidão física e com a aprendizagem dos conhecimentos relativos à interpretação e participação nas estruturas e fenómenos sociais no seio dos quais se realizam as	<ul style="list-style-type: none"> • Trabalho de pesquisa; • Trabalho de campo; • Trabalhos projeto em articulação 	5%			

				atividades físicas, definidos no Programa de EF.		interdisciplinar; • Outros.	
DOMÍNIO SÓCIO-AFETIVO (atitudes/ comportamentos/ valores)				<ul style="list-style-type: none"> • Comportamento (postura e linguagem adequadas, asseio....); • Cumprimento de deveres (assiduidade, participação, pontualidade, uso de materiais necessários...); • Relacionamento interpessoal (respeitador, cordial, tolerante, solidário, cooperante,...); • Valorização dos saberes escolares (atenção, interesse, curiosidade...); • Autoanálise e decisão (reflexividade, procura de ajuda, ajuste de comportamentos,....) 	D E F G	<ul style="list-style-type: none"> • Observação direta; • Grelhas de registo 	35%

Notas:

- O aluno desenvolve as competências essenciais para o 10.ºano de escolaridade de nível INTRODUÇÃO em 5 matérias e de nível ELEMENTAR numa matéria, de diferentes subáreas.
- As matérias serão selecionadas pelo professor de acordo com o perfil da turma, bem como dos recursos materiais e de espaço disponíveis para a execução das respetivas Unidades Didáticas.

As fichas de avaliação são classificadas de 0 a 20 valores.

Descritores do Perfil dos Alunos:

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