



Escola EBI/JI de Montenegro

# CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO

ÁREA DISCIPLINAR DE EDUCAÇÃO FÍSICA

2º e 3º Ciclos

ANO LETIVO 2022/2023

## 1. LINHAS ORIENTADORAS DO PROGRAMA DE EDUCAÇÃO FÍSICA

De acordo com as linhas orientadoras dos Programas Nacionais de Educação Física, são definidas três grandes áreas de avaliação para o 2º e 3º Ciclos do Ensino Básico:

**Área A - Atividades Físicas** – o domínio/demonstração de competências e conhecimentos Teórico-práticos das Matérias.

**Área B - Aptidão Física** – o nível de desenvolvimento das capacidades motoras condicionais e coordenativas individuais.

**Área C - Conhecimentos** – o conhecimento dos processos de elevação e manutenção da Aptidão Física e interpretação e participação nas estruturas e fenómenos sociais no seio dos quais se realizam as Atividades Físicas.

Para permitir a operacionalização dos processos de avaliação na área das **Atividades Físicas**, cada matéria do programa está especificada em 3 níveis:

- **Nível Introdução:** nível onde se incluem as habilidades, técnicas e conhecimentos que representam a preparação de base («fundamentos»);
- **Nível Elementar:** nível em que se discriminam os conteúdos que representam o domínio (mestria) da matéria nos seus elementos principais e já com carácter mais formal, relativamente aos modelos de prática e organização da atividade;
- **Nível Avançado:** que estabelece os conteúdos e formas de participação na atividade formal, correspondentes ao nível superior que poderá ser atingido no âmbito da disciplina de Educação Física.

De acordo com o estabelecido, o aluno pode situar-se em cada uma das matérias, num dos níveis acima descritos, tendo estes as seguintes nomenclaturas:

- a) Nível Não Introdutório - **NAI** (ainda não se encontra no nível introdução)
- b) Nível Introdução - **NI**
- c) Nível Elementar - **NE**
- d) Nível Avançado - **NA**

Para a aplicação das presentes normas, **as matérias** estão agrupadas nas seguintes categorias:

CATEGORIAS	MATÉRIAS / ATIVIDADES FÍSICAS	
	2º CICLO	3º CICLO
<b>A</b>	JOGOS PRÉ-DESPORTIVOS	JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS: FUT,VOL,BASQ,AND
<b>B</b>	JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS: FUT, VOL, BASQ, AND	GINÁSTICA: SOLO E APARELHOS
<b>C</b>	GINÁSTICA: SOLO, APARELHOS E RÍTMICA	ATLETISMO
<b>D</b>	ATLETISMO	
<b>E</b>	PATINAGEM	DANÇA
<b>F</b>	DANÇA	RAQUETAS
<b>G</b>	OUTRAS (ALTERNATIVAS)	OUTRAS (ALTERNATIVAS)

Na fase de avaliação final, selecciona-se um **conjunto de referência para o sucesso**, nas matérias em que **o aluno revelou maior capacidade**.

## 2. REFERÊNCIAS PARA O SUCESSO EM EDUCAÇÃO FÍSICA

Na **Área A** – Atividades Físicas, em cada ano de escolaridade, o aluno deverá adquirir as competências essenciais definidas em cada um dos níveis de cada uma das matérias/modalidades:

<b>ÁREA A</b>  <b>ATIVIDADES FÍSICAS</b>	5ºAno	3NI + 3NAI
	6ºAno	4NI + 2NAI
	7ºAno	5NI + 2NAI
	8ºAno	6NI + 1NAI
	9ºAno	5NI + 1NE + 1NAI
<b>ÁREA B</b>  <b>APTIDÃO FÍSICA</b>	De acordo com a bateria de testes <b>FITescola</b> , para obterem sucesso nesta área, o aluno do <b>2º ciclo</b> deverá atingir a <b>ZONA SAUDÁVEL DE APTIDÃO FÍSICA (ZSAF)</b> para o seu nível etário e género, atingindo uma <b>média final de 50%</b> no conjunto dos cinco testes aplicados ( <b>Vaivém (30%), Abdominais (20%), Impulsão Horizontal (20%), Senta e Alcança (10%) e velocidade 40m (20%)</b> ).	
	De acordo com a bateria de testes <b>FITescola</b> , para obterem sucesso, nesta área, o aluno do <b>3º ciclo</b> deverá atingir a <b>ZONA SAUDÁVEL DE APTIDÃO FÍSICA (ZSAF)</b> para o seu nível etário e género, atingindo uma <b>média final de 50%</b> no conjunto dos cinco testes aplicados ( <b>Vaivém (30%), Abdominais (20%), Extensões de Braços (20%), Impulsão Horizontal (10%) e Senta e Alcança (20%)</b> ).	
<b>ÁREA C</b>  <b>CONHECIMENTOS</b>	O aluno do <b>2º ciclo</b> evidencia as competências definidas pelo Grupo de Educação Física no que respeita aos processos de elevação e manutenção da aptidão Física, obtendo uma <b>média final de 50%</b> , no conjunto das <b>fichas de aplicação de conhecimentos e trabalhos propostos</b> , para terem sucesso nesta área.	
	O aluno do <b>3º ciclo</b> evidencia as competências definidas pelo Grupo de Educação Física, no que respeita à interpretação e participação nas estruturas e fenómenos sociais no seio dos quais se realizam as Atividades Físicas e Desportivas, obtendo uma <b>média final de 50%</b> , no conjunto das <b>fichas de aplicação de conhecimentos e trabalhos propostos</b> , para terem sucesso nesta área.	
<b>ÁREA D</b>  <b>ATITUDES E VALORES</b>	Para obterem sucesso nesta área, o aluno do 2º e 3º ciclo deve cumprir <b>TODOS</b> os requisitos seguintes: - Mais do que <b>90% de assiduidade</b> (exceptuando doença ou outras razões devidamente comprovadas); - Mais do que <b>90% de pontualidade</b> ; - Menos do que <b>10% de faltas de material</b> ; - <b>Nenhuma falta de comportamento</b> ; - Obter mais do que <b>50% na avaliação dos seguintes parâmetros</b> :	
	<b>5º/6º/7º/8º/9º ANO</b> -Responsabilidade e Integridade; -Excelência e Exigência -Curiosidade, Reflexão e Inovação -Cidadania e Participação -Liberdade	

### 3. PARÂMETROS DE AVALIAÇÃO DE EDUCAÇÃO FÍSICA / PONDERAÇÃO

ÁREAS	MATÉRIAS	PARÂMETROS	PONDERAÇÃO
<b>ÁREA A</b>  <b>ATIVIDADES FÍSICAS</b>	<b>Jogos Pré-Desportivos e Jogos Desportivos Coletivos</b>	Aplica noção de cooperação e oposição.	40%
		Respeita os adversários contribuindo para o bom clima relacional durante e após o jogo.	
		Conhece os objetivos, aplica a ética do jogo, suas regras e princípios.	
		Realiza as ações técnicas e organiza-se para aplicá-las.	
	<b>Ginástica</b>	Realiza as destrezas gímnicas.	
		Aplica os critérios de correção técnica.	
		Realiza as ajudas.	
	<b>Atletismo</b>	Realiza corridas, saltos e lançamentos, cumprindo as exigências técnicas e regulamentares.	
<b>Raquetas</b>	Conhece os objetivos, regras e ações técnicas.		
<b>Patinagem</b>	Realiza destrezas e corridas.		
<b>Luta</b>	Conhece os objetivos, regras e ações técnicas.		
<b>Dança</b>	Realiza a exploração do movimento individual e em grupo em ambiente musical		
<b>ÁREA B</b>  <b>APTIDÃO FÍSICA</b>	<b>Resistência</b>	Resiste à fadiga em percursos determinados.	20%
	<b>Força</b>	Realiza ações motoras vencendo resistências fracas a ligeiras.	
	<b>Velocidade</b>	Reage rapidamente a um sinal.	
		Percorre um determinado percurso no mínimo tempo possível.	
	<b>Flexibilidade</b>	Realiza ações motoras com amplitude articular.	
<b>Destreza Geral</b>	Realiza movimentos/ percursos com alternância de ritmos e velocidades e globalmente bem coordenados.		
<b>ÁREA C</b>  <b>CONHECIMENTOS</b>	Compreende e adquire os conhecimentos estipulados sobre esta área, utilizando:  - Diferentes recursos e fontes de informação - A expressão oral e escrita, com correção - Vocabulário específico - Capacidade de síntese		20%
<b>ÁREA D</b>  <b>ATITUDES E VALORES</b>	<b>5º/6º/7º/8º/9º ANO</b>		20%
	-Responsabilidade e Integridade; -Excelência e Exigência -Curiosidade, Reflexão e Inovação -Cidadania e Participação -Liberdade		

#### 4. PARÂMETROS DE AVALIAÇÃO PARA ALUNOS COM DISPENSA DAS AULAS PRÁTICAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA POR ATESTADO MÉDICO

Para os alunos que apresentem algum impedimento de ordem física, por um longo período de tempo devidamente justificado por atestado médico, a avaliação é realizada apenas nas seguintes ÁREAS e com as seguintes ponderações:

5º/6º/7º/8º/9º ANO			
ÁREAS	MATÉRIAS	PARÂMETROS	PONDERAÇÃO
<b>ÁREA C  CONHECIMENTOS</b>	Compreende e adquire os conhecimentos estipulados sobre esta área, utilizando: <ul style="list-style-type: none"><li>- Diferentes recursos e fontes de informação</li><li>- A expressão oral e escrita, com correção</li><li>- Vocabulário específico</li><li>- Capacidade de síntese</li></ul>		80%
<b>ÁREA D  ATITUDES E VALORES</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>-Responsabilidade e Integridade;</li><li>-Excelência e Exigência</li><li>-Curiosidade, Reflexão e Inovação</li><li>-Cidadania e Participação</li><li>-Liberdade</li></ul>		20%

## 5. INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO

5º/6º/7º/8º/9º ANO			
ÁREAS	INSTRUMENTOS	MODALIDADES AVALIATIVAS	TIPO DE CLASSIFICAÇÃO
ÁREA A ATIVIDADES FÍSICAS	Fichas de Observação Direta das várias Modalidades Desportivas: - Jogos Desportivos Coletivos; - Desportos Gímnicos; - Atletismo; - Raquetes; - Dança; - Patinagem; - Luta	Diagnóstica	Qualitativa F,I,S,B,MB
		Formativa	Qualitativa F,I,S,B,MB
		Sumativa	Quantitativa Nível de 1 a 5
ÁREA B APTIDÃO FÍSICA	Ficha de Observação Direta "FITescola" - Bateria de Testes de Aptidão Física (Vaivém, Abdominais, Extensões de braços, Impulsão Horizontal, Senta e Alcança e Flexibilidade de Ombros)	Diagnóstica Formativa Sumativa	Qualitativa (nzsaud/zsaud) e Quantitativa Nível de 1 a 5
ÁREA C CONHECIMENTOS	Relatórios de Aulas	Formativa Sumativa	Qualitativa F,I,S,B,MB e Quantitativa Nível de 1 a 5
	Trabalhos Individuais		
	Trabalhos de Grupo		
	Fichas de aplicação de conhecimentos		
ÁREA D ATITUDES E VALORES	Ficha de Registo de Presenças: - Assiduidade, Pontualidade, Faltas de Material e Dispensas da Prática da Atividade Física	Formativa	Descritiva
	Ficha de Registo de Atitudes e Valores: - Responsabilidade e Integridade; - Excelência e Exigência - Curiosidade, Reflexão e Inovação - Cidadania e Participação - Liberdade	Sumativa	Quantitativa Nível de 1 a 5
Ficha de Auto-Avaliação do Aluno		Formativa	Qualitativa F,I,S,B,MB
Grelha de Avaliação Final de Período/Ano Letivo (Base de Dados de Avaliação da disciplina) (Nível Final - resultado da avaliação de todos os parâmetros)		Sumativa	Nível de 1 a 5

### Nomenclatura e percentagens utilizadas na avaliação:

- F – Fraco:** de 0 a 19%;  
**I – Insuficiente:** de 20 a 49%;  
**S – Suficiente:** de 50 a 69  
**B – Bom:** de 70 a 89%  
**MB – Muito Bom:** 90 a 100%

### O GRUPO DISCIPLINAR DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Critérios de Avaliação aprovados em CP realizado no dia 21/07/2022