



Departamento de Atividades Físicas e Desportivas  
GRUPO 260- 2018/2019

## **Critérios de Classificação de EDUCAÇÃO FÍSICA – 2.º CICLO**

### ÁREAS DE LECIONAÇÃO E AVALIAÇÃO ESPECÍFICA

Os alunos são avaliados na disciplina de Educação Física em 3 áreas:

**A) ATIVIDADES FÍSICAS DESPORTIVAS** – tem a finalidade de reforçar o gosto pela prática regular de atividade física desportiva garantindo um desenvolvimento eclético e multilateral através de um conjunto diversificado de áreas /matérias da extensão da Educação Física.

Nesta área de lecionação os alunos são avaliados nas seguintes categorias:

- **Jogos desportivos coletivos** (andebol, basquetebol, futebol e voleibol),
- **Ginástica,**
- **Atletismo,**
- **Atividades rítmicas e expressivas** (dança e aeróbica),
- **Raquetas,**
- **Atividades de exploração da natureza**
- **Matérias alternativas** (corfebol, softbol, rãguebi, canoagem, surf, tiro com arco, etc).

**Em cada período letivo, para a classificação dos alunos são considerados obrigatoriamente 2 jogos desportivos coletivos e 4 das restantes 6 categorias.** Quando existe avaliação em todas as categorias são selecionados os 2 jogos desportivos coletivos e as restantes 4 categorias em que o aluno tem melhor avaliação.

**Em cada uma das categorias são lecionadas várias matérias.** A avaliação dos alunos em cada categoria corresponderá à média das avaliações obtidas nas duas melhores matérias dessa categoria.

**Em cada matéria** o aluno é avaliado com um dos níveis, introdutório, elementar ou avançado, que se encontram especificados nos Programas Nacionais de Educação Física (PNEF). **Cada um dos níveis** traduz-se em pontos (**Não introdutório – 0 pontos, parte do introdutório – 0,5 pontos, introdutório-1 ponto, parte do elementar – 1,5 pontos, elementar-2 pontos, parte do avançado – 2,5 pontos e avançado-3 pontos**).

O **somatório dos pontos** obtidos em cada categoria coloca o aluno num determinado nível de classificação (1,5; 2,5; etc.) conforme a tabela 1.

A **atribuição de um dos valores do patamar de classificação** ao aluno tem em consideração o conjunto das **competências** demonstradas no conjunto das matérias e também as suas **atitudes** (autonomia, cooperação, interesse, empenho, etc).

A **classificação do 1º período** tem em consideração menos matérias em cada área do que o 2º ou 3º período. Nestes 2 últimos períodos têm-se em consideração todas as matérias lecionadas desde o início do ano, mantendo-se a regra da seleção das matérias/categorias conforme a explicação dada no 3º parágrafo deste documento.

**Instrumentos de avaliação:** Os dados para a avaliação serão recolhidos através da observação direta dos alunos em situações de jogo reduzido/formal, em situações de exercício critério, intervenções orais e atitudes demonstradas na realização das diferentes atividades.

**B) APTIDÃO FÍSICA** – tem a finalidade de elevar as capacidades físicas numa perspetiva da saúde e da qualidade de vida.

Os alunos são avaliados ao nível das componentes **Aptidão Aeróbia, Força/Resistência e Flexibilidade**.

Nesta área serão atribuídos ao aluno níveis de 0,1/0,3/0,5, de acordo com o número de componentes que o aluno apresentar dentro da Zona Saudável (Tabela de valores de referência para os resultados da Bateria de Testes do *Fit Escola*). (ver Tabelas 1 e 2).

**Esta avaliação será realizada em todos os períodos letivos** tendo como referência os Programas Nacionais da disciplina.

**Instrumentos de avaliação:** Os dados para a avaliação desta área serão obtidos pela realização de diferentes testes da bateria do *Fitnessgram* (vai e vem, milha, senta e alcança, extensão de braços, etc). De acordo com os resultados obtidos verificar-se-á se o aluno está ou não na zona saudável, em cada uma das componentes da aptidão física.

**C) CONHECIMENTOS**– tem a finalidade de introduzir e desenvolver os conhecimentos relativos aos processos de elevação e manutenção da aptidão física e à interpretação e participação nas estruturas e fenómenos sociais no seio dos quais se realizam as atividades físicas.

A classificação dos alunos em cada período terá em conta todos os dados recolhidos até ao momento. De acordo com a média das avaliações efetuadas será atribuído ao aluno **um nível até 0,5** – conforme explanado na tabela 1.

**Instrumentos de avaliação:** Os dados para a avaliação desta área serão obtidos através de trabalhos individuais, trabalhos de grupo, apresentações orais, testes escritos, intervenções orais na aula, etc.

### CLASSIFICAÇÃO FINAL:

A classificação final do aluno obtém-se pela soma dos níveis obtidos nas 3 áreas de avaliação (Atividades Físicas e Desportivas, Aptidão Física e Conhecimentos).

O aluno tem que ter obrigatoriamente elementos de avaliação nas três áreas consideradas. Caso o aluno não realize a avaliação na Aptidão Física e/ou Conhecimentos, **desce de patamar na classificação das Atividades Físicas e Desportivas.**

## Tabela de Áreas de Avaliação, Níveis de Classificação por Área e Classificação Final – 2º Ciclo

Tabela 1

Áreas de Avaliação						Classif. Final
Atividades Físicas e Desportivas		Aptidão Física		Conhecimentos		
<b>Pontos obtidos nas 6 áreas</b> (Jogos Desportivos Coletivos, Atletismo, Ginástica, etc.)	<b>Patamar Classif</b>	<b>Apt. Aeróbia, Força/Resist. Flexibilidade</b>	<b>Classif</b>	<b>Testes/ Trabalhos</b>	<b>Classif</b>	<b>Atividades Físicas e Desportivas + Aptidão Física + Conhecimentos</b>
<b>1 ponto</b>	<b>1,5</b>	1 Componente na zona saudável	<b>0,1</b>	50 a 70%	<b>0,1</b>	
<b>1,5 pontos</b>	<b>2,5</b>					
<b>2 pontos</b>	<b>3</b>	2 Componentes na zona saudável	<b>0,3</b>	71% a 90%	<b>0,3</b>	
<b>2,5 pontos</b>	<b>3,5</b>					
<b>3 pontos</b>	<b>4</b>	3 Componentes na zona saudável	<b>0,5</b>	91% a 100%	<b>0,5</b>	

<b>Testes de avaliação de Aptidão Física</b>		
<b>Componentes</b>	<b>TESTES</b>	
<b>Aptidão Aeróbia</b>	<b>Vai e vem /Milha/Milha Marcha</b>	Zona saudável da aptidão (ZSAF)
<b>Aptidão Muscular</b>  <b>(Força, Resistência muscular)</b>	<b>Abdominais</b>	ZSAF
	<b>Extensões de braços</b>	ZSAF
	<b>Impulsão horizontal</b>	ZSAF
	<b>Impulsão vertical</b>	ZSAF
<b>Flexibilidade</b>	<b>Flexibilidade dos músculos posteriores da coxa (Senta e Alcança)</b>	ZSAF
	<b>Flexibilidade de Ombros</b>	ZSAF

**Tabela 2**

**Nota:** As orientações e “informações” supra indicadas referem-se à frequência e avaliação dos alunos que não apresentem restrições à frequência da disciplina de Educação Física.

Quando os alunos mudarem de regime de avaliação e o novo regime tiver a duração de um período letivo, os mesmos serão avaliados com os critérios definidos para a sua situação (alunos com ou sem atestado médico). A nota obtida pelo aluno neste período letivo terá um peso na sua avaliação final de ano correspondente a 1/3.