

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO - 12º Ano - EDUCAÇÃO FÍSICA - 2018/2019

ÁREAS PONDERAÇÃO	SUB-ÁREAS	ÁREAS DE COMPETÊNCIAS DO PERFIL DOS ALUNOS*	DESCRITORES DE DESEMPENHO	DESCRITORES DO PERFIL DOS ALUNOS	INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO
ACTIVIDADES FÍSICAS DESPORTIVAS 70% O aluno demonstra pelo menos competências de nível INTRODUÇÃO em 4 matérias e nível PARTE ELEMENTAR em 2 matérias, respeitando as condições das sub-áreas Notas 1 e 2	SUB-ÁREA DOS JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS: (duas melhores matérias)	Participativo/ colaborador/ Cooperante/ Responsável/ Autónomo	<ul style="list-style-type: none"> 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. 	(B, C, D, E, F, G, I, J)	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Avaliação diagnóstica, Formativa e Sumativa
	SUB-ÁREA GINÁSTICA ou ATLETISMO (a melhor matéria)	Criativo/Expressivo	<ul style="list-style-type: none"> Compor, realizar e analisar da GINÁSTICA, as destrezas elementares de acrobacia, dos saltos, do solo e dos outros aparelhos, em esquemas individuais e/ou de grupo, aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação, e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios. Realizar e analisar do ATLETISMO, saltos, corridas, lançamentos e marcha, cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento, não só como praticante, mas também como juiz 	(A, C, D, J)	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Grelhas de Observação
	SUB-ÁREA ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS (uma matéria)	Crítico/Analítico	<ul style="list-style-type: none"> Apreciar, compor e realizar, nas ATIVIDADES RÍTMICAS E 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. 	(A, B, C, D, G)	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Observação directa e registo de resultados ✓ Realização de tarefas individuais e a pares.
	SUB-ÁREA OUTRAS (uma matéria)	Respeitador da diferença	<ul style="list-style-type: none"> Realizar com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares dos 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 percursos de nível elementar, utilizando técnicas de orientação e respeitando as regras de organização, participação, e de preservação da qualidade do ambiente; Praticar e conhecer jogos tradicionais populares de acordo com os padrões culturais característicos. 	(A, B, E, F, H)	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Realização de tarefas em situação condicionada ✓ Incentivar a pesquisa na Internet e de Bibliografia adequada à disciplina.
		Cuidador de si e do outro		(B, E, F, G)	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Visionamento de vídeos promotores dos vários conteúdos da disciplina

APTIDÃO FÍSICA 15% O aluno atinge a Zona Saudável em pelo menos 3 testes Nota 3	Capacidades: > Motoras > Condicionais > Coordenativas	Cuidador de si e do outro	> 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 Enquadrar o aluno na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola, para a sua idade e sexo.	(B, E, F, G)	✓ Aplicação da bateria de testes FitEscola
CONHECIMENTOS 5%	Aptidão física e Contextos de concretização	Indagador/ Investigador/ Sistematizador/ organizador Crítico/Analítico	> Conhecer e interpretar fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas e aplicar regras de higiene e de segurança. > Interpretar a dimensão sociocultural dos desportos na atualidade e ao longo dos tempos, nomeadamente os Jogos Olímpicos e Paralímpicos	(A, B, C, D, F, H, I, J) (B, E, F, G)	✓ Testes / Fichas de avaliação ✓ Questões de aula ✓ Fichas de trabalho; Relatórios ✓ Trabalhos de grupo / Individuais
ATITUDES 10%	> Participação > Cumprimento de tarefas > Respeito pelas regras > Organização do trabalho	Participativo/ colaborador/ Cooperante/ Responsável/ Autónimo	> Intervém de modo oportuno e regularmente > Cumpre as regras > Coloca questões e dúvidas pertinentes > Cumpre as tarefas solicitadas	(B, C, D, E, F, G, I, J)	✓ Observação direta ✓ Auto-avaliação

*As competências referidas reportam ao Perfil do Aluno à saída da escolaridade obrigatória.

AValiação Final

Classificação Final = 0,70 x (competências demonstradas nas actividades físicas nesse período) + 0,15 x (resultados obtidos no FitEscola nesse período) + 0,05 x (média dos conhecimentos revelados em cada período) + 0,10 x (média das classificações obtidas na área atitudinal em cada período).

A classificação final é considerada até às décimas.

Nota 1

ACTIVIDADES FISICAS DESPORTIVAS - A avaliação é feita de acordo com o Programa Nacional de EF (PNEF), situando os alunos nos níveis “Introductório, Elementar ou Avançado” em cada matéria.

Nota 2

ACTIVIDADES FISICAS - Normas de referência: Ponderações dos níveis

NAI – 0 Pontos; **PI** – 3 Pontos; **I** – 6 Pontos; **PE** – 9 pontos; **E** – 12 Pontos; **PA** – 15 Pontos; **A** – 18 Pontos

Ensino Secundário - 12º ANO						
1º P	Seleccionar as 4 melhores matérias do aluno em 3 categorias					
	Seleccionar as 6 melhores matérias do aluno					
2ºP	Seleccionar: 2 Jogos Desportivos Colectivos,					
e	1 Ginásitic OU 1 Atletismo					
3º P	1 Dança e 2 Outras					
Níveis	1º P	2ºP e 3º P		Níveis	1º P	2ºP e 3º P
1	3 NAI + 1 PI	1 NAI + 5 PI		11	2 PE + 2 I	3 I + 3 PE
2	2 NAI + 2 PI	6 PI		12	3 PE + 1 I	2 I + 4 PE
3		5 PI + 1 I		13		1 I + 5 PE
4	1 NAI + 3 PI	4 PI + 2 I		14		6 PE
5	4 PI	3 PI + 3 I		15	4 PE	5 PE + 1 E
6	3 PI + 1 I	2 PI + 4 I				Nenhum NAI
7	OU se tem 1 NAI 2 PI + 2 I	1 PI + 5 I		16	2 PE + 2 E	4 PE + 2 E
8	1 PI + 3 I	6 I		Nenhum NAI e nenhum PI		
9	4 I	5 I + 1 PE		17	1 PE +	2 PE + 4 E
10	Nenhum NAI 1 PE + 3 I	4 I + 2 PE		18	3 E	1 PE + 5 E
			Nenhum NAI e nenhum I			
				19	4 E	6 E
				20	3 E + 1 PA	5 E + 1 PA

Nota 3

APTIDÃO FISICA - Referências para o sucesso na Área da Aptidão Física: Em cada período lectivo o aluno realiza 5 testes, da bateria de testes Nacional FitEscola, cujo objectivo é atingir o nível de prestação definido como Zona Saudável da Aptidão Física (Z.N.S.A.F.). As Zonas Saudáveis estão definidas a nível nacional e consideram a data de nascimento do aluno e o seu género (Fem. ou Masc.). Os Critérios de Avaliação definidos pelo Departamento de Educação Física, estabelecem uma escala para 20 valores:

TESTES Z.N.S.A.F.	NÃO REALIZA	0 Valores por teste
TESTES Z.N.S.A.F.	Quase atinge zona saudável	1,4 Valores por teste
TESTES Z.S.A.F.	Atinge a Zona Saudável	3,5 Valores por teste
TESTES Z.S.A.F.	Atinge a Zona de Perfil Atlético	4 Valores por teste