Ano letivo 2020 - 2021
Critérios Específicos de Avaliação
Secundário | Educação Física

Perfil de Aprendizagens Específicas (AE) de Educação Física

Domínios	Descritores de desempenho relativos às AE/resultados esperados		Perfil dos/as alunos/as
Área das Atividades Físicas **Área da Aptidão Física**	1. Participa ativamente em todas as situações e procura o êxito pessoal e o do grupo: (A, B, C, D, E, F, G, I, J) a) Relaciona-se com cordialidade e respeito pelos seus companheiros, quer no papel de parceiro quer no de adversário; (A, B, C, D, E, F, G, I, J) b) Aceita o apoio dos companheiros nos esforços de aperfeiçoamento próprio, bem como as opções do(s) outro(s) e as dificuldades reveladas por ele(s); (A, B, C, D, E, F, G, H, I, J) c) Interessa-se e apoia os esforços dos companheiros com oportunidade, promovendo a entreajuda para favorecer o aperfeiçoamento e satisfação própria e do(s) outro(s); (A, B, C, D, E, F, G, I, J) d) Coopera nas situações de aprendizagem e de organização, escolhendo as ações favoráveis ao êxito, segurança e bom ambiente relacional, na atividade da turma; (A, B, C, D, E, F, G, H, I, J) e) Apresenta iniciativas e propostas pessoais de desenvolvimento da atividade individual e do grupo, considerando também as que são apresentadas pelos companheiros com interesse e objetividade; (A, B, C, D, E, F, G, H, I, J) f) Assume compromissos e responsabilidades de organização e preparação das atividades individuais e/ou de grupo, cumprindo com empenho e brio as tarefas inerentes; (A, B, C, D, E, F, G, H, I, J) g) Combina com os companheiros decisões e tarefas de grupo com equidade e respeito pelas exigências e possibilidades individuais; (A, B, C, D, E, F, G, I, J) 2. Analisa e interpreta a realização das atividades físicas selecionadas, aplicando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva, etc.; (A, B, C, D, E, F, G, H, I, J) 3. Compreende as atividades físicas e as condições da sua prática e aperfeiçoamento como elementos de elevação cultural dos praticantes e da comunidade em geral, interpretando crítica e corretamente os acontecimentos na esfera da cultura física. (B, C, E, F, G, J)	**Áreas transversais:** atitudes face à aprendizagem	A - Linguagens e textos B - Informação e comunicação C - Raciocínio e resolução de problemas D - Pensamento crítico e 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.

Área dos Conheci-mentos	4. Identifica e interpreta os fenómenos da industrialização, urbanismo e poluição como fatores limitativos da aptidão física das populações e das possibilidades de prática das modalidades da cultura física. (A, B, C, D, E, F, I) 5. Conhece e interpreta fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas e aplica regras de higiene e de segurança. (B, F, G, I, J) 6. Conhece e aplica diversos processos de elevação e manutenção da condição física de uma forma autónoma no seu quotidiano. (B, C, D, E, F, G, I, J) 7. Eleva o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas gerais, particularmente, de resistência geral de longa e de média duração; da força resistente; da força rápida; da velocidade de reação simples e complexa, de execução, de deslocamento e de resistência; das destrezas geral e específica. (B, E, F, G, I, J)		

Domínios e Instrumentos de avaliação

Considera-se que o reconhecimento do sucesso é representado pelo domínio/demonstração de um conjunto de competências que decorrem dos objetivos gerais. Os critérios de avaliação (…) permitirão determinar, concretamente o grau de sucesso e constituem, por isso, regras de qualificação da participação dos alunos nas atividades selecionadas para a realização dos objetivos e do seu desempenho nas situações de prova, expressamente organizadas pelo professor para a demonstração das qualidades visadas. Esta aceção mais ampla da avaliação confere-lhe um carácter formativo tornando-a um instrumento pedagógico. In Programas de EF, pág.256

Ano de escolaridade	Domínios	Valorização dos domínios (em %)	Instrumentos de Avaliação	Instrumentos de avaliação comuns às 3 áreas
10.º Ano	**Conhecimentos e Capacidades (1)**	**95%**	**Atividades Físicas (3)** – Observação em contexto de exercício critério e de prova (sequências gímnicas, situações de jogo condicionado, percursos em patins, coreografias em dança); **Aptidão Física (4)** – Tabela de valores de referência para a *zona saudável* da bateria de testes do Programa *FITEscola*; **Conhecimentos (5)** – Fichas de registo de observação do desempenho e do questionamento oral/escrito, fichas de trabalho, questionários.	Fichas de registo de observação em contexto de aula e/ou provas no âmbito das Atividades Físicas e Desportivas (AFD) tendo como referência as AE de EF e o perfil do aluno Fichas de registo da qualidade da oralidade decorrente do questionamento oral, apresentação de trabalhos ou ideias, no âmbito dos conhecimentos e capacidades.
	Valores e Atitudes (2)	**5%**	Fichas de registo de observação em contexto de aula e/ou de provas no âmbito das atividades físicas e desportivas (AFD) dentro e fora da escola, tendo como referência os indicadores “Respeito” e “Responsabilidade”.	

Ano de escolaridade	Domínios	Valorização dos domínios (em %)	Instrumentos de Avaliação	Instrumentos de avaliação comuns às 3 áreas
11.º Ano e 12.º Ano	**Conhecimentos e Capacidades** (1)	**95%**	**Atividades Físicas** (3) – Regime de opções conforme PNEF. Observação em contexto de exercício critério e de prova (sequências gímnicas, situações de jogo condicionado, percursos em patins, coreografias em dança). **Aptidão Física** (4) – Tabela de valores de referência para a *zona saudável* da bateria de testes do Programa *FITEscola*; **Conhecimentos** (5) **-** Planificação e apresentação de um plano de treino, individual ou em grupo.	Fichas de registo de observação em contexto de aula e/ou provas no âmbito das Atividades Físicas e Desportivas (AFD) tendo como referência as AE de EF e o perfil do aluno Fichas de registo da qualidade da oralidade decorrente do questionamento oral, apresentação de trabalhos ou ideias, no âmbito dos conhecimentos e capacidades.
	Valores e Atitudes (2)	**5%**	Fichas de registo de observação em contexto de aula e/ou de provas no âmbito das atividades físicas e desportivas (AFD) dentro e fora da escola, tendo como referência os indicadores "Respeito" e "Responsabilidade".	

(1) De acordo com as Aprendizagens Essenciais de Educação Física previstas para o 10.º ano, 11.º ano e 12.º ano.
(2) De acordo com as orientações existentes no AENG comuns para todas as disciplinas
(3) Ver quadro 1 e 2
(4) Ver quadro 3
(5) Ver quadro 4

Quadro 1 – Atividades Físicas

Na área de avaliação das Atividades Físicas consideram-se para cada uma das Subáreas do quadro de extensão da EF, um conjunto de matérias que servirá de referência para o sucesso d@s alun@s e que constam no quadro seguinte:

Subáreas	Matérias
Jogos Desportivos Coletivos	Andebol, Basquetebol, Futebol, Voleibol
Ginástica	Solo, Aparelhos (Boque, Plinto, Minitrampolim, Trave, Barra fixa)
Atletismo	Saltos, Corridas e Lançamentos
Raquetas	Badmínton, Ténis de Mesa
Dança	Danças Sociais, Dança Contemporânea ou Aeróbica
Patinagem	Patinagem Artística
Outras	Orientação, Corfebol

Quadro 2 – Condições de classificação dos alunos na área de avaliação das Atividades Físicas

NÍVEL	5.º ano	6.º ano	7.º ano	8.º ano	9.º ano	Classificação	10.º ano	11.º ano	12.º ano
1	<	<1 I	<2 I	<3 I	<4 I	**0 a 4**	**= a 9º ano**	**<5 I**	**< 6 I**
2	<1 I	1 I	2 I	3 I	4 I	**5 a 9**	**= a 9º ano**	**5 I**	**6 I**
3	1 I	2 I	3 I	4 I	5 I	**10 a 13**	**= a 9º ano**	**5 I + 1 E**	**4 I + 2 E**
4	2 I	3 I	4 I	4 I + 1 E	4 I + 2 E	**14 a 17**	**= a 9º ano**	**3 I + 3 E**	**2 I + 4 E**
5	3 I	4I	4 I + 1 E	4 I + 2 E	3 I + 3 E	**18 a 20**	**= a 9º ano**	**2 I + 4 E**	**1 I + 5 E**
	1 Jogos Desp. Coletivos + 1 Ginástica + 1 Atletismo/ Raquetas/Patinagem/ Dança /outras	1 Jogos Desp. Coletivos + 1 Ginástica + 1 Atletismo + 1 Patinagem /Dança/ outras (Raquetas, Desp. de Combate, Orientação)	1 Jogos Desp. Coletivos + 1 Ginástica + 3 outras de categ. diferentes	1 Jogos Desp. Coletivos + 1 Ginástica + 3 outras de categ. diferentes	2 Jogos Desp. Coletivos + 1 Ginástica + 1 Dança + 2 outras de categ. diferentes		2 Jogos Desp. Coletivos + 1 Ginástica ou Atletismo + 1 Dança + 2 outras de categ. diferentes	2 Jogos Desportivos Coletivos + 1 Ginástica ou Atletismo + 1 Dança + 2 Outras (Raquetas, Patinagem, Orientação,)	

Legenda: Níveis de complexidade crescente inscritos nos Programas Nacionais de EF e nas Aprendizagens Essenciais do 10.º ano, 11.º ano e 12.º ano:
I – Nível Introdução; E – Nível Elementar;

Quadro 3 – Perfis de Aprendizagem Específica na área de avaliação da Aptidão Física

Ano de escolaridade	Aptidão Aeróbia	Aptidão Neuromuscular			
		Aptidão Muscular		Velocidade - Agilidade	
		Força	Flexibilidade	Velocidade	Agilidade
10.º ano	1 ZSAF	4 ZSAF			
11.º, 12.º anos	1 ZSAF	2 ZSAF	2 ZSAF		

Perfis **de** aprendizagem específica Aptidão Física	
Classif.	10.º, 11.º e 12.º anos
1 a 4 val.	1 teste na ZSAF
5 a 9 val.	2 testes na ZSAF
10 a 13 val.	3 **testes** ZSAF (1AA + 2AM/**VA**)
14 a 17val.	4 testes na ZSAF (1 AA + 3 ANM)
18 a 20val.	5 **testes** ZSAF (1AA + 2AM + 2 op**ção**)

Quadro 4 - Perfis de Aprendizagem Específica na área de avaliação de Conhecimentos

Ano	Conhecimentos
10.º ANO	- Relaciona a Aptidão Física e Saúde, identificando os fatores associados a um estilo de vida saudável, designadamente o desenvolvimento das capacidades motoras, a composição corporal, a alimentação, o repouso, a higiene, a afetividade e a qualidade do meio ambiente; - Interpreta 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, tais como: o sedentarismo e a evolução tecnológica, a poluição, o urbanismo e a industrialização e relaciona com a evolução das sociedades; - Realiza 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.
11.º ANO	- Conhece os métodos e meios de treino mais adequados ao desenvolvimento ou manutenção das diversas capacidades motoras; - Conhece e interpreta os fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas utilizando esse conhecimento de modo a garantir a realização de atividade física em segurança, nomeadamente dopagem e riscos de vida e/ou saúde, doenças e lesões, condições materiais, de equipamentos e de orientação do treino.
12.º ANO	- Conhece e utiliza os métodos de treino mais adequados ao desenvolvimento ou manutenção das diversas capacidades motoras, de acordo com a sua aptidão atual e o estilo de vida, cuidando o doseamento do esforço, respeitando em todas as situações os princípios básicos do treino; - Analisa criticamente aspetos gerais da ética na participação nas Atividades Físicas Desportivas, relacionando os interesses sociais, económicos, políticos e outros com algumas das suas "perversões", nomeadamente, especialização precoce e exclusão ou abandono precoces, violência (dos espectadores e dos atletas) vs. espírito desportivo e corrupção vs. verdade desportiva.

Perfis de aprendizagem específica Conhecimentos		
Classif.	10.º, 11.º e 12.º anos	
1 a 4 val.	de 0 a 19	Muito Insuficiente
5 a 9 val.	de 20 a 49	Insuficiente
10 a 13 val.	de 50 a 69	Suficiente
14 a 17 val.	de 70 a 84	Bom
18 a 20 val.	de 85 a 100	Muito Bom