



Critérios Gerais de Avaliação Ensino Secundário -10º, 11º e 12º ano

Departamento de Educação Física

DOMÍNIOS	ÁREA DE COMPETÊNCIAS ESSENCIAIS DO PERFIL DO ALUNO	DESCRITORES DO PERFIL DOS ALUNOS	INSTRUMENTOS
ATIVIDADES FÍSICAS	<p>10.º ANO: 5 NÍVEIS INTRODUÇÃO 2 JDC 1 GIN 1 ARE 2 (ATL/ PAT/ARE/ RAQ/AC/ORI)</p> <p>11.º ANO: 4 NÍVEIS INTRODUÇÃO e 2 NÍVEIS ELEMENTAR 2 JDC 2 GIN e/ou ATL e/ou ARE 2 (PAT/RAQ/AC/ORI)</p> <p>12.º ANO: 3 NÍVEIS INTRODUÇÃO e 3 NÍVEIS ELEMENTAR 2 JDC 2 GIN e/ou ATL e/ou ARE 2 (PAT/RAQ/AC/ORI)</p>	<p>Conhecedor/ sabedor/ culto/informado (A, B, G, I, J) Criativo /Expressivo (A, C, D, J) Crítico/Analítico (A, B, C, D, G) Indagador/Investiga dor/Sistematizador/ organizador (A, B, C, D, F, H, I, j) Respeitador da diferença (A, B, E, F, H) Questionador e Comunicador (A, B, D, E, F, G, H, I, J) Autoavaliador/Heter o avaliador (transversal às áreas) Participativo/colabor ador/Cooperante/ Responsável/Autóno mo (B, C, D, E, F, G, I, J) Cuidador de si e do outro (B, E, F, G)</p>	<p>Atividades Físicas (ver Quadro 1 e 2) – Situações de prova (sequências gímnicas, situações de jogo, percursos em patins, coreografias em dança, deslocamentos em meio aquático, percursos de Orientação, etc).</p>
APTIDÃO FÍSICA	<p>Na área de avaliação da APTIDÃO FÍSICA, os testes a realizar da Plataforma FITescola poderão ser os seguintes: Vaivém/Milha (aptidão aeróbia), Flexões de Braços, Abdominais, Impulsão Horizontal, Impulsão Vertical, Velocidade (aptidão neuromuscular), e Senta e Alcança (flexibilidade dos membros inferiores).</p>		<p>Aptidão Física – Tabela de valores de referência para a Zona Saudável de Aptidão Física da bateria de testes do Programa FITescola.</p> <p>Consultar o site da Plataforma FITescola® para conhecer os valores referentes à Zona Saudável da Aptidão Física.</p>
CONHECIMENTOS	<p>Os conteúdos da área dos conhecimentos poderão ser desenvolvidos em contextos variados (aula teórica/palestra/workshops/visita de estudo/laboratórios entre outros).</p> <p>As sebtentas/manuais para estudo estarão acessíveis em suporte digital e na reprografia da escola.</p>		<p>A avaliação poderá ser realizada no mínimo em dois momentos, através de diversos instrumentos (testes escritos/fichas/trabalhos/formulários eletrónicos, recorrendo sempre que possível às novas tecnologias).</p>

JDC (Andebol, Basquetebol, Futsal, Voleibol), GIN (Solo, Aparelhos, Acrobática), ARE (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais), ATL (Corridas, Saltos, Lançamentos), PAT (Patinagem Artística), RAQUETAS (Badminton, Ténis de Mesa e Ténis) e OUTRAS (Natação, Orientação, Luta, etc).

Condições de classificação dos alunos nas três áreas de avaliação (ATIVIDADES FÍSICAS, APTIDÃO FÍSICA e CONHECIMENTOS):

VALORES	10.º ANO			11.º ANO			12.º ANO		
	ATIVIDADES FÍSICAS	APTIDÃO FÍSICA	CONHECIMENTOS	ATIVIDADES FÍSICAS	APTIDÃO FÍSICA	CONHECIMENTOS	ATIVIDADES FÍSICAS	APTIDÃO FÍSICA	CONHECIMENTOS
0 a 3	Alunos que não se enquadram no nível imediatamente superior.			Alunos que não se enquadram no nível imediatamente superior.			Alunos que não se enquadram no nível imediatamente superior.		
4 a 9	≤ 6 níveis Introdução	≥ 1 teste na Zona Saudável	≥ 4 (3,5 a 9,4 valores)	5 níveis Introdução 1 nível Elementar	≥ 1 teste na Zona Saudável	≥ 4 (3,5 a 9,4 valores)	4 níveis Introdução 2 níveis Elementares	≥ 1 teste na Zona Saudável	≥ 4 (3,5 a 9,4 valores)
10 a 13	5 níveis Introdução 1 nível Elementar	≥ 2 testes na Zona Saudável (*)	≥ 10 (9,5 a 13,4 valores)	4 níveis Introdução 2 níveis Elementares	≥ 2 testes na Zona Saudável (*)	≥ 10 (9,5 a 13,4 valores)	3 níveis Introdução 3 níveis Elementares	≥ 2 testes na Zona Saudável (*)	≥ 10 (9,5 a 13,4 valores)
14 a 17	4 níveis Introdução 2 níveis Elementares	≥ 3 testes na Zona Saudável (*)	≥ 14 (13,5 a 17,4 valores)	3 níveis Introdução 3 níveis Elementares	≥ 3 testes na Zona Saudável (*)	≥ 14 (13,5 a 17,4 valores)	2 níveis Introdução 4 níveis Elementares	≥ 3 testes na Zona Saudável (*)	≥ 14 (13,5 a 17,4 valores)
18 a 20	3 níveis Introdução 3 níveis Elementares	4 testes na Zona Saudável (**)	≥ 18 (17,5 a 20 valores)	2 níveis Introdução 4 níveis Elementares	4 testes na Zona Saudável (**)	≥ 18 (17,5 a 20 valores)	1 nível Introdução 5 níveis Elementares	4 testes na Zona Saudável (**)	≥ 18 (17,5 a 20 valores)
(*) - A aptidão aeróbia obrigatória na Zona Saudável; (**) - A aptidão aeróbia e + 1 dos testes de aptidão neuromuscular, no Perfil Atlético.									

