



Departamento de Atividades Físicas e Desportivas
GRUPO 260 - 2017/2018

Critérios de Classificação de EDUCAÇÃO FÍSICA – 5º ANO 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 *FitEscola*). (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 – 5º Ano

Tabela 1

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

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