

## Critérios de Avaliação dos Cursos Profissionais

### Educação Física – 2017 / 2018

Respeitando as orientações metodológicas relativas à avaliação enunciadas no Programa de Educação Física, foram definidos os seguintes critérios de avaliação:

#### Módulos de Atividades Físicas e Desportivas:

|                         | Critérios                  | Nível NI      | Nível I | Nível E          |           |
|-------------------------|----------------------------|---------------|---------|------------------|-----------|
| 1ºAno                   | JDCI                       | 0 - 9         | 10 - 13 | 14 - 20          |           |
|                         | GINÁSTICA I                |               |         |                  | Aparelhos |
|                         |                            |               |         |                  | Solo      |
|                         | ATL / RAQ / PAT I          |               |         |                  |           |
|                         | DANÇA I                    |               |         |                  |           |
| 2ºAno                   | Critérios                  | Nível NI      | Nível I | Nível E          |           |
|                         | JDCI II                    | 0 - 9         | 10 - 13 | 14 - 20          |           |
|                         | GINÁSTICA II (aparelho)    |               |         |                  |           |
|                         | ATL / RAQ / PAT II         |               |         |                  |           |
|                         | DANÇA II                   |               |         |                  |           |
|                         | Critérios                  | Nível NI ou I | Nível E | Parte do nível A |           |
| GINÁSTICA II (aparelho) |                            | 0 - 9         | 10 - 13 | 14 - 20          |           |
| 3ºAno                   | Critérios                  | Nível NI      | Nível I | Nível E          |           |
|                         | GINÁSTICA III (acrobática) |               | 0 - 9   | 10 - 13          | 14 - 20   |
|                         | ACT.EXPL.NAT               |               |         |                  |           |
|                         | Critérios                  | Nível NI ou I | Nível E | Parte do nível A |           |
|                         | JDC III                    | 0 - 9         | 10 - 13 | 14 - 20          |           |
|                         | DANÇA III                  |               |         |                  |           |

**Nota:** A atribuição ao aluno de um dos valores de um determinado nível (NI, I, E ou PA) tem em consideração o conjunto das **competências** demonstradas nessa matéria e também as suas **atitudes** (autonomia, cooperação, interesse, empenho, pontualidade, assiduidade, etc).

### **Módulos dos Conhecimentos:**

As atividades de aprendizagem que se referem aos Conhecimentos dos **Processos de Desenvolvimento e Manutenção da Aptidão Física** deverão ser consideradas no processo de planeamento, desejavelmente de forma integrada nas aulas de Educação Física, sem prejuízo da necessidade de, pontualmente, o professor ter necessidade de promover uma ou mais sessões teóricas, tendo o propósito de trabalhar especificamente conteúdos relacionados com aqueles objetivos.

No que se refere aos objetivos de **Interpretação das Estruturas e Fenómenos Sociais Extraescolares**, **no seio dos quais se realizam as Atividades Físicas**, é de privilegiar o trabalho de projeto e os trabalhos de grupo, nomeadamente na resolução de problemas colocados pelo professor, como forma de os alunos se apropriarem dos conhecimentos em causa, sem prejuízo da atividade física.

Os instrumentos de avaliação ficam ao critério de cada professor: testes, trabalhos individuais ou de grupo, etc. Em relação aos trabalhos de grupo, estão definidos os seguintes critérios de avaliação:

| APRESENTAÇÃO (4V) |              |               |                  | ORGANIZAÇÃO (4V) |            |           |                           | PERTINÊNCIA<br>CONTEÚDOS (4V) | REFERÊNCIA TEMAS<br>PROPOSTOS (8V) |
|-------------------|--------------|---------------|------------------|------------------|------------|-----------|---------------------------|-------------------------------|------------------------------------|
| Capa              | Encadernação | Identificação | Prazo de Entrega | Índice           | Introdução | Conclusão | Webografia / Bibliografia |                               |                                    |

### **Módulo de Aptidão Física:**

No processo de avaliação formativa, os valores inscritos na Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF – Bateria de testes *Fitnessgram*), para cada capacidade motora, devem ser considerados como uma referência fundamental. Neste sentido, foram definidos os critérios de classificação expressos nas tabelas abaixo apresentadas. Estas tabelas permitem quantificar os resultados dos testes realizados e obter uma classificação parcial no fim de cada ano do curso. No final, será feita a **média relativa aos 3 anos**, que se traduzirá na **classificação final do módulo**.

“Os aspetos específicos do desenvolvimento (cognitivo, motor e sócio-afectivo) encontram-se relacionados nessas atividades, surgindo integrados quer ao nível mais genérico (finalidades, objetivos de ciclo e orientações metodológicas), quer ao nível mais pormenorizado (objetivos por matérias).” In Programa de Educação Física

## AVALIAÇÃO DA APTIDÃO FÍSICA NOS CURSOS PROFISSIONAIS

Testes utilizados: Vai e Vem; Abdominais; Extensões de Braços; Impulsão Horizontal e Senta e Alcança

| TESTES          | VALORES |
|-----------------|---------|
| 1 ZSAF + 4 ZOAF | 19/20   |
| 2 ZSAF + 3 ZOAF | 18      |
| 3 ZSAF + 2 ZOAF | 17      |
| 4 ZSAF + 1 ZOAF | 16      |
| 5 ZSAF          | 14/15   |
| 4 ZSAF          | 12/13   |
| 3 ZSAF          | 10/11   |
| 2 ZSAF          | 8/9     |
| 1 ZSAF          | 7/6     |
| 0 ZSAF          | <5      |

### LEGENDA:

**ZSAF** – Zona Saudável da Aptidão Física.

**ZOAF** – Zona Ótima da Aptidão Física.

**NOTA:** Entende-se que no teste de flexibilidade não existe zona ótima. Nesta componente, será considerada a ZSAF.

**ELENCO MODULAR DOS CURSOS PRIFISSIONAIS – Educação Física**

|                               | <b>Áreas</b>   | <b>Módulos</b>                          | <b>Nº Mod.2</b> | <b>Referência para o sucesso</b>  | <b>Ano</b>           |
|-------------------------------|--|---|-----------------|---|----------------------|
| <b>A) ACTIVIDADES FÍSICAS</b> | <b>JOGOS DESPORTIVOS COLECTIVOS</b>  | <i>JDC I</i>                            | 1               | O nível Introdução de Voleibol ou Andebol ou Futebol ou Basquetebol   | 1º Ano do curso      |
|                               |  | <i>JDC II</i>                           | 2               | O nível Introdução de outro jogo que não o selecionado no módulo anterior   | 2º Ano do curso      |
|                               |  | <i>JDC III</i>                          | 3               | O nível Elementar de Voleibol ou Andebol ou Futebol ou Basquetebol  | 3ºano do curso       |
|                               | <b>GINÁSTICA</b>   | <i>GINÁSTICA I</i>                      | 4               | O nível Introdução da Ginástica de Solo e o nível Introdução de um aparelho da Ginástica de Aparelhos                       | 1ºAno do curso       |
|                               |  | <i>GINÁSTICA II</i>                     | 5               | O nível Elementar de um aparelho da Ginástica de Aparelhos e o nível Introdução de outro aparelho da Ginástica de Aparelhos | 2º Ano do curso      |
|                               |  | <i>GINÁSTICA III</i>                    | 6               | O nível Introdução da Ginástica Acrobática  | 3º ano do curso      |
|                               | <b>OUTRAS ACTIVIDADES FÍSICAS DESPORTIVAS</b>  | <i>ATL / RAQ / PAT I</i>                | 7               | O nível Introdução do Atletismo ou de um Desporto de Raquetas ou da Patinagem   | 1ºAno do curso       |
|                               |  | <i>ATL / RAQ / PAT II</i>               | 8               | O nível Introdução de outra matéria não selecionada no módulo anterior  | 2º Ano do curso      |
|                               | <b>ACTIVIDADES DE EXPLORAÇÃO DA NATUREZA</b>   | <i>ACT. EXPL. NAT</i>                   | 9               | O nível Introdução de uma matéria das Atividades de Exploração da Natureza  | 3º Ano do curso      |
|                               | <b>DANÇA</b>   | <i>DANÇA I</i>                          | 10              | Uma dança do nível Introdução das Danças Sociais ou das Tradicionais Portuguesas  | 1º Ano do curso      |
|                               |  | <i>DANÇA II</i>                         | 11              | Outra Dança do nível Introdução das Danças Sociais ou das Tradicionais Portuguesas  | 2º Ano do curso      |
|                               |  | <i>DANÇA III</i>                        | 12              | Uma dança do nível Elementar das Danças Sociais ou das Tradicionais Portuguesas   | 3º Ano do curso      |
| <b>B) APTIDÃO Física</b>      | <b>DESENVOLVIMENTO DAS CAPACIDADES MOTORAS CONDICIONAIS E COORDENATIVAS</b>                    | <i>APTIDÃO FÍSICA</i>                   | 16              | O aluno encontra-se na Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF)   | Durante todo o curso |
| <b>C) CONHECIMENTOS</b>       | <b>CONHECIMENTOS SOBRE CONDIÇÃO FÍSICA E CONTEXTOS ONDE SE REALIZAM AS ACTIVIDADES FÍSICAS</b> | <i>ACT. FIS / CONTEXTOS E SAÚDE I</i>   | 13              | O aluno revela domínio dos conhecimentos relativos aos objetivos 1, 2 e 3 especificados no programa                         | 1º Ano do curso      |
|                               |  | <i>ACT. FIS / CONTEXTOS E SAÚDE II</i>  | 14              | O aluno revela domínio dos conhecimentos relativos aos objetivos 4 e 5 especificados no programa                            | 2º Ano do curso      |
|                               |  | <i>ACT. FIS / CONTEXTOS E SAÚDE III</i> | 15              | O aluno revela domínio dos conhecimentos relativos aos objetivos 6 e 7 especificados no programa                            | 3º Ano do curso      |