

Departamento de Atividades Físicas e Desportivas
2026/2027

CrITÉrios de Classificação de EDUCAÇÃO FÍSICA – 2.º CICLO

Os Critérios de Classificação de Educação Física têm como base o Projeto Educativo do Agrupamento, as Aprendizagens Essenciais de Educação Física (AEEF), o Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória (PASEO), as condições naturais que o concelho oferece e a realidade concreta dos nossos alunos.

Este documento visa dar nota dos critérios subjacentes à classificação do desempenho dos alunos na disciplina de EF, do 5.º ao 9.º ano de escolaridade. Para garantir a diferenciação pedagógica e as adequações por ela impostas, torna-se necessário proceder à avaliação inicial que, por sua vez, servirá para cada professor definir o plano de turma para o cumprimento das AEEF."

Assim, na elaboração do plano de EF da turma e nas tarefas que lhe estão associadas (operacionalização dos objetivos e realização de atividades, estratégias de ensino e avaliação), admite-se que o professor aplique as AEEF de anos anteriores e/ou de anos seguintes. Deste modo, permite o aperfeiçoamento efetivo dos alunos, particularmente, nas prioridades identificadas pela avaliação formativa.

Para definir uma estratégia adequada torna-se necessário proceder à avaliação inicial, que por sua vez, serve de base para cada professor definir o plano de turma para o cumprimento das AEEF.

O **Nível de sucesso** do aluno ao longo do percurso formativo em EF corresponde preferencialmente à qualidade demonstrada na interpretação de três grandes áreas de avaliação específicas da EF:

- a) Atividades Físicas**, onde se incluem as diferentes áreas (Atividades Físicas e Desportivas, Atividades Rítmicas e Expressivas, Atividades de Exploração da Natureza, Jogos Tradicionais), subáreas (como jogos desportivos coletivos, ginástica, atletismo, raquetas ou outras) e matérias (como voleibol, ginástica de solo, danças sociais...);
- b) Aptidão Física**, com a demonstração das capacidades motoras com referência ao programa FITescola;
- c) Conhecimentos**, relativos ao a) Desenvolvimento das capacidades motoras condicionais e coordenativas (2º Ciclo); b) Aprendizagem dos processos de desenvolvimento e manutenção da

condição física (3º Ciclo); e c) Conhecimentos relativos à interpretação e participação nas estruturas e fenómenos sociais, extraescolares, no seio dos quais se realizam as atividades físicas (3ºCiclo)

As **Atitudes e Valores** são competências intrínsecas em todas as áreas referidas, demonstradas através do empenho nas diferentes matérias e situações de aprendizagem, da autonomia, da disciplina, da relação, colaboração, cooperação com os outros e da assiduidade e pontualidade reveladas.

Critérios de avaliação por ciclo

Tendo por base que as normas de referência para o sucesso da disciplina devem considerar as três áreas atrás mencionadas, o GEF determinou que a avaliação final, corresponde ao resultado da avaliação sumativa realizada no final de cada semestre, sendo o resultado global, expresso em termos quantitativos, do conjunto das avaliações realizadas em cada uma das áreas, tendo em conta o peso relativo de cada uma delas.

Quadro 1 - Alunos com condições regulares de avaliação

Áreas	Itens	Instrumentos	Percentagem	
			2º Ciclo	3º Ciclo
Atividades Físicas	- Ações técnico-táticas e regras.	- Grelha de observação para exercício critério e situação de jogo (avaliação formativa/sumativa).	70%	70%
Aptidão Física	- Aptidão aeróbia; - Aptidão neuromuscular; - Composição corporal.	- Bateria de testes FITescola®.	20%	20%
Conhecimentos	- Aprendizagem dos processos de desenvolvimento e manutenção da aptidão física - Conhecimentos relativos à interpretação e participação nas estruturas e fenómenos sociais, extraescolares, no seio dos quais se realizam as atividades físicas.	- 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.	10%	10%

Quadro 2 - Alunos com atestado médico

Áreas	Itens	Instrumentos	Percentagem	
			2º Ciclo	3º Ciclo
Conhecimentos	- Aprendizagem dos processos de desenvolvimento e manutenção da aptidão física - Conhecimentos relativos à interpretação e participação nas estruturas e fenómenos sociais, extraescolares, no seio dos quais se realizam as atividades físicas.	- 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.	60%	60%
Atitudes e Valores	- Assiduidade/pontualidade, autonomia, empenho/interesse, disciplina/comportamento, cooperação/colaboração.	- Observação direta.	40%	40%

Modelo de avaliação

Área das Atividades Físicas

O modelo de avaliação das Atividades Físicas adotado pelo GEF baseia-se numa avaliação por níveis de aprendizagem. Cada um dos alunos é avaliado nas matérias previstas no Plano de Turma e situado no respetivo nível de proficiência motora e intelectual, de acordo com o especificado nas AEEF – **Nível Não Introdutório, Introdutório e Elementar**.

Para o cumprimento de cada um destes níveis o aluno deve demonstrar em simultâneo desempenhos, conhecimentos e atitudes representativos do nível considerado, numa lógica integrada da aprendizagem. Estes níveis de especificação definem graus de aprofundamento da competência do aluno em cada matéria, de acordo com as AEEF e o PASEO.

Assim sendo, a operacionalização das normas da área das Atividades Físicas tem como referência a especificação de cada matéria em três níveis, considerando-se que cada aluno pode situar-se em relação a cada matéria num dos seguintes níveis:

a) Nível Não Introdutório (NI)

b) Nível Introdutório (I), onde se incluem as habilidades, técnicas e conhecimentos que representam a aptidão específica ou preparação de base (fundamentos);

c) Nível Elementar (E), nível em que se discriminam os conteúdos que representam o domínio (mestria) da matéria nos seus elementos principais e já com carácter mais formal, relativamente aos modelos de prática e organização da atividade referente;

Os conteúdos e competências que definem cada nível para cada uma das diferentes matérias, **indicadores de observação**, foram definidos pelo GEF tendo como base as AEEF e o PASEO. Importa ainda referir que, muitas vezes, os alunos podem encontrar-se em situações parciais de transição para determinado nível de aprendizagem, quando não atingem todas as referências de ensino e aprendizagem e/ou não são observados todos os indicadores de observação no respetivo nível: **Parte do Nível Introdutório (PI); Parte do Nível Elementar (PE)**.

Referências para o sucesso na Área das Atividades Físicas

Sabemos que é impossível garantir o mesmo currículo a todos os alunos, é, todavia, desejável que se procure determinar um patamar no qual se possam inserir todos os alunos que demonstrem possuir as competências essenciais para esta disciplina, numa lógica integrada da aprendizagem e alinhada com as AEEF e o PASEO.

As normas de referência, quer para a seleção das matérias, como para a definição do sucesso, surgem como uma aposta na formação eclética do aluno, bem como o apelo e a valorização da flexibilidade de tratamento dos conteúdos programáticos.

Sendo assim, para efetivar a avaliação dos alunos, seleciona-se um conjunto de matérias, que servirão de referência para o sucesso, de dentro do conjunto de matérias avaliadas. A avaliação dos alunos resulta do somatório dos pontos resultantes das suas melhores prestações num número pré-definido de matérias de diferentes subáreas, selecionadas de acordo com as regras definidas para os diferentes ciclos ou anos de escolaridade.

Em baixo apresentamos, tendo como base as AEEF, as regras para a seleção das matérias a bordar em cada ano de escolaridade, regras que vão facilitar uma avaliação mais flexível, indo ao encontro do desenvolvimento até ao limite do potencial de todos ou de cada aluno em particular e as normas para o sucesso, que têm o propósito de tornar mais claras e visíveis (e coerentes) as condições genéricas de

obtenção do nível 3 (no Ensino Básico), independentemente de outros parâmetros de avaliação definidos pelo Agrupamento.

Quadro 3 - Regras de Seleção das Matérias a Abordar em cada Ano de Escolaridade

2.º Ciclo	
5.º ano	O aluno deve desenvolver as competências essenciais em 3 matérias de subáreas diferentes.
6.º ano	O aluno deve desenvolver as competências essenciais em 4 matérias de subáreas diferentes: 1 JDC + 1 Gin + 2 restantes

Tabela de referência para o sucesso nas Atividades Físicas

Sabendo que a avaliação tem de ser expressa por níveis (1 a 5), para o ensino básico e, tendo em atenção a escala de conversão de nível para pontos e os critérios de referência para o sucesso já mencionados, o GEF estabeleceu uma correspondência entre o somatório das pontuações obtidas e o nível final a obter pelo aluno. Após a avaliação de cada uma das matérias é feita uma correspondência entre o somatório das pontuações obtidas e o nível final a obter pelo aluno, tal como ilustram os quadros abaixo.

Quadro 4 – Pontuação por nível de competência em cada matéria

NIVEL	PONTUAÇÃO
Não Introdutório	0
Parte do Introdutório	0,5
Introdutório	1
Parte do Elementar	1,5
Elementar	2
Parte do Avançado	2,5

Quadro 5 – Níveis de Sucesso para o 5º Ano (Seleção das 3 melhores matérias)

NIVEL	PONTUAÇÃO	CRITÉRIOS
2	2 pontos	O aluno atinge o nível Introdutório em 2 matérias de subáreas diferentes
3	3 pontos	O aluno atinge o nível Introdutório em 3 matérias de subáreas diferentes
4	4 pontos	
5	5 pontos	

Quadro 6 – Níveis de Sucesso para o 6º Ano (Seleção das 4 melhores matérias)

NÍVEL	PONTUAÇÃO	CRITÉRIOS
2	2 pontos	O aluno atinge o nível Introdutório em 2 matérias de subáreas diferentes
3	4 pontos	O aluno atinge o nível Introdutório em 4 matérias de subáreas diferentes (1 JDC + 1 Gin + 2 restantes)
4	5 pontos	
5	6 pontos	

Área de Aptidão Física e referências para o sucesso

Na área da Aptidão Física, mantendo como referências os objetivos gerais de ciclo e também o programa FITescola, optou-se por definir como essencial o trabalho de elevação e/ou manutenção de todas as capacidades que permitam ao aluno ter aptidão aeróbia e aptidão muscular em valores inscritos na Zona Saudável da Aptidão Física (ZSAF).

O trabalho da Aptidão Física deve estruturar-se em torno da periodização do treino/elevação das capacidades motoras e, sempre que possível, constituirá uma componente da atividade formativa em todas as aulas. As preocupações metodológicas, ao nível do desenvolvimento das capacidades motoras, deverão seguir os mesmos princípios pedagógicos das restantes áreas.

O nível de desenvolvimento das capacidades motoras, resultado da avaliação diagnóstica e formativa, deve permitir ao professor propor situações de treino visando o desenvolvimento das capacidades motoras em que os alunos apresentam níveis inferiores, ou visando treinar as capacidades determinantes para aprendizagem numa próxima etapa de trabalho ou ainda recuperar níveis de Aptidão Física aceitáveis após períodos de interrupção letiva.

No processo de avaliação formativa, os valores inscritos na “Zona Saudável de Aptidão Física” para cada capacidade motora, devem ser considerados como uma referência fundamental.

A intencionalidade do desenvolvimento da Aptidão Física condicionará a seleção das situações de aprendizagem, a forma como se organizam as situações e se estrutura cada uma, e o conjunto das aulas de EF.

A avaliação da Aptidão Física dos alunos será feita mediante um conjunto de provas, aplicando-se para este efeito a bateria de testes FITescola.

Testes de Aptidão Física

O programa do FITescola avalia três componentes da Aptidão Física consideradas importantes pela sua estreita relação com a saúde em geral e com o bom funcionamento do organismo. As três componentes são a **aptidão aeróbia**, a **composição corporal** e a **aptidão neuromuscular** (força e resistência muscular e a flexibilidade). Cada dimensão de Aptidão Física está relacionada com a saúde geral em crianças e adultos.

Dos vários testes (9 testes no total, mais a milha em alguns casos) disponíveis por este programa o GEF optou pelos seguintes:

Composição Corporal

Índice de Massa Corporal - medição descalço

Aptidão Aeróbia

Resistência Aeróbia – Teste Vaivém

Aptidão Neuromuscular

Força Média - Teste de Abdominais

Força Superior - Teste de Extensões de Braços

Força Inferior - Impulsão Horizontal

Velocidade - 40 metros

Flexibilidade dos membros inferiores - senta e alcança

A forma de avaliação aponta para uma perspetiva de saúde, esperando-se que os alunos atinjam e/ou se mantenham na **Zona Saudável** nas diversas áreas (Aptidão Aeróbia, Composição Corporal e Aptidão Neuromuscular):

Todos estes testes são executados segundo o protocolo **FITescola**.

TABELA DE VALORES DE REFERÊNCIA (RAPARIGAS)											
APTIDÃO AERÓBIA						COMPOSIÇÃO CORPORAL					
TESTE DE VAIVÉM						ÍNDICE DE MASSA CORPORAL					
Idade	Sexo	Tempo (min)	Ponto	Tempo (min)	Ponto	Idade	Sexo	Índice	Ponto	Idade	Sexo
10	M	40,3	12	40,8	12	10	M	15,1	15,7	10	M
10	F	40,3	12	40,8	12	10	F	15,1	15,7	10	F
11	M	40,3	12	40,8	12	11	M	15,1	15,7	11	M
11	F	40,3	12	40,8	12	11	F	15,1	15,7	11	F
12	M	40,3	12	40,8	12	12	M	15,1	15,7	12	M
12	F	40,3	12	40,8	12	12	F	15,1	15,7	12	F
13	M	40,3	12	40,8	12	13	M	15,1	15,7	13	M
13	F	40,3	12	40,8	12	13	F	15,1	15,7	13	F
14	M	40,3	12	40,8	12	14	M	15,1	15,7	14	M
14	F	40,3	12	40,8	12	14	F	15,1	15,7	14	F
15	M	40,3	12	40,8	12	15	M	15,1	15,7	15	M
15	F	40,3	12	40,8	12	15	F	15,1	15,7	15	F
16	M	40,3	12	40,8	12	16	M	15,1	15,7	16	M
16	F	40,3	12	40,8	12	16	F	15,1	15,7	16	F
17	M	40,3	12	40,8	12	17	M	15,1	15,7	17	M
17	F	40,3	12	40,8	12	17	F	15,1	15,7	17	F
18	M	40,3	12	40,8	12	18	M	15,1	15,7	18	M
18	F	40,3	12	40,8	12	18	F	15,1	15,7	18	F
19	M	40,3	12	40,8	12	19	M	15,1	15,7	19	M
19	F	40,3	12	40,8	12	19	F	15,1	15,7	19	F
20	M	40,3	12	40,8	12	20	M	15,1	15,7	20	M
20	F	40,3	12	40,8	12	20	F	15,1	15,7	20	F
21	M	40,3	12	40,8	12	21	M	15,1	15,7	21	M
21	F	40,3	12	40,8	12	21	F	15,1	15,7	21	F
22	M	40,3	12	40,8	12	22	M	15,1	15,7	22	M
22	F	40,3	12	40,8	12	22	F	15,1	15,7	22	F
23	M	40,3	12	40,8	12	23	M	15,1	15,7	23	M
23	F	40,3	12	40,8	12	23	F	15,1	15,7	23	F
24	M	40,3	12	40,8	12	24	M	15,1	15,7	24	M
24	F	40,3	12	40,8	12	24	F	15,1	15,7	24	F
25	M	40,3	12	40,8	12	25	M	15,1	15,7	25	M
25	F	40,3	12	40,8	12	25	F	15,1	15,7	25	F
26	M	40,3	12	40,8	12	26	M	15,1	15,7	26	M
26	F	40,3	12	40,8	12	26	F	15,1	15,7	26	F
27	M	40,3	12	40,8	12	27	M	15,1	15,7	27	M
27	F	40,3	12	40,8	12	27	F	15,1	15,7	27	F
28	M	40,3	12	40,8	12	28	M	15,1	15,7	28	M
28	F	40,3	12	40,8	12	28	F	15,1	15,7	28	F
29	M	40,3	12	40,8	12	29	M	15,1	15,7	29	M
29	F	40,3	12	40,8	12	29	F	15,1	15,7	29	F
30	M	40,3	12	40,8	12	30	M	15,1	15,7	30	M
30	F	40,3	12	40,8	12	30	F	15,1	15,7	30	F
31	M	40,3	12	40,8	12	31	M	15,1	15,7	31	M
31	F	40,3	12	40,8	12	31	F	15,1	15,7	31	F
32	M	40,3	12	40,8	12	32	M	15,1	15,7	32	M
32	F	40,3	12	40,8	12	32	F	15,1	15,7	32	F
33	M	40,3	12	40,8	12	33	M	15,1	15,7	33	M
33	F	40,3	12	40,8	12	33	F	15,1	15,7	33	F
34	M	40,3	12	40,8	12	34	M	15,1	15,7	34	M
34	F	40,3	12	40,8	12	34	F	15,1	15,7	34	F
35	M	40,3	12	40,8	12	35	M	15,1	15,7	35	M
35	F	40,3	12	40,8	12	35	F	15,1	15,7	35	F
36	M	40,3	12	40,8	12	36	M	15,1	15,7	36	M
36	F	40,3	12	40,8	12	36	F	15,1	15,7	36	F
37	M	40,3	12	40,8	12	37	M	15,1	15,7	37	M
37	F	40,3	12	40,8	12	37	F	15,1	15,7	37	F
38	M	40,3	12	40,8	12	38	M	15,1	15,7	38	M
38	F	40,3	12	40,8	12	38	F	15,1	15,7	38	F
39	M	40,3	12	40,8	12	39	M	15,1	15,7	39	M
39	F	40,3	12	40,8	12	39	F	15,1	15,7	39	F
40	M	40,3	12	40,8	12	40	M	15,1	15,7	40	M
40	F	40,3	12	40,8	12	40	F	15,1	15,7	40	F

Nota: Os pontos são atribuídos de acordo com o tempo ou o índice de massa corporal.

TABELA DE VALORES DE REFERÊNCIA (RAZZAZZ)

APTIDÃO AERÓBICA

VALORES		ABSOLTA						
	Porcentagem do Ponderal		Porcentagem do Ponderal					
	100%		100%					
1	40,2	13	521	47	40,2	9,89	523,1	6,06
2	40,2	16	521	50	40,2	9,86	523,5	6,06
3	40,2	20	524	54	40,2	9,53	524,8	6,08
4	40,2	24	526	59	40,2	9,22	526,0	6,11
5	41,1	28	547	67	41,1	9,00	547,5	5,88
6	42,0	32	572	77	42,0	8,79	572,7	5,77
7	43,0	47	58,6	95	43,0	8,47	58,6	5,14
8	44,1	61	60,1	111	44,1	8,16	60,1	4,86
9	45,2	76	59,7	134	45,2	8,45	59,7	5,10
10	46,3	91	59,7	160	46,3	8,47	59,7	5,14

COMPOSIÇÃO CORPORAL

MAC		% DE GORDURA		MÚSCULO GERMIA	
	Porcentagem		Porcentagem		Porcentagem
1	13,0	18,2	77,1	20,2	21,5
2	13,0	18,2	77,1	20,2	21,5
3	13,0	18,2	77,1	20,2	21,5
4	13,0	18,2	77,1	20,2	21,5
5	13,0	18,2	77,1	20,2	21,5
6	13,0	18,2	77,1	20,2	21,5
7	13,0	18,2	77,1	20,2	21,5
8	13,0	18,2	77,1	20,2	21,5
9	13,0	18,2	77,1	20,2	21,5
10	13,0	18,2	77,1	20,2	21,5

APTIDÃO NEUMOMUSCULAR

ABSCISSAS		FLEXÕES		IMPULSO VERTICAL		IMPULSO HORIZONTAL		VELOCIDADE DE 10 M		VELOCIDADE DE 20 M		VELOCIDADE DE 30 M		TESTE DE ALCANCE		FLEXIBILIDADE DE JOINTOS	
	Porcentagem		Porcentagem		Porcentagem		Porcentagem		Porcentagem		Porcentagem		Porcentagem		Porcentagem		Porcentagem
1	0	47	6	12	102,1	166,0	15,7	34,7	13,30	11,08	8,27	2,10	4,42	3,03	20,3	29,3	
2	12	47	6	21	110,5	170,2	17,2	37	13,80	11,65	8,50	2,18	4,78	3,28	20,3	30,8	
3	12	16	34	8	119,0	180,4	18,8	21,0	12,20	11,29	7,82	0,66	4,14	2,66	20,3	29,0	
4	18	40	10	21	121,8	180,6	20,6	35,5	13,20	11,31	7,78	1,41	4,31	2,78	20,3	30,8	
5	24	29	14	22	115,1	213,3	21,1	41,0	11,00	10,00	6,75	0,07	3,98	2,55	20,3	29,4	
6	24	21	18	22	116,2	213,3	21,1	41,0	11,00	10,00	6,75	0,07	3,98	2,55	20,3	29,4	
7	24	21	18	29	127,9	231,8	28,0	47,2	10,80	9,80	6,24	5,59	3,58	3,23	20,3	33,5	
8	24	21	18	32	146,2	231,8	31,1	53,7	10,80	9,80	6,24	5,59	3,58	3,23	20,3	33,5	
9	24	21	18	34	164,5	241,2	34,3	57,7	10,40	9,40	5,77	5,47	3,11	3,03	20,3	34,0	

NOTAS:

- 1 - O teste de 100 metros deve ser realizado em uma pista plana, com uma linha de partida e uma linha de chegada, com uma distância de 100 metros.
- 2 - O teste de 200 metros deve ser realizado em uma pista plana, com uma linha de partida e uma linha de chegada, com uma distância de 200 metros.
- 3 - O teste de 400 metros deve ser realizado em uma pista plana, com uma linha de partida e uma linha de chegada, com uma distância de 400 metros.
- 4 - O teste de 800 metros deve ser realizado em uma pista plana, com uma linha de partida e uma linha de chegada, com uma distância de 800 metros.
- 5 - O teste de 1600 metros deve ser realizado em uma pista plana, com uma linha de partida e uma linha de chegada, com uma distância de 1600 metros.
- 6 -

No 2º ciclo a avaliação expressa-se de forma quantitativa, em %, e pode ser acompanhada por uma menção qualitativa e/ou uma descrição.

Quadro 12 - Correspondência entre os diferentes níveis de ensino

Ensino Básico (2º e 3º CEB)	Menção qualitativa
90% a 100%	Muito Bom
70% a 89%	Bom
50% a 69%	Suficiente
20% a 49%	Insuficiente
0% a 19%	Fraco

Avaliação das Atitudes e Valores

Embora o GEF reconheça que atitudes e valores devem ser tratadas como **características ou elementos intrínsecos** à atividade motora dos alunos, presente na exercitação e exigências específicas em todas as aulas, qualquer que seja a matéria/tema principal da aula, houve a necessidade quantificar para objetivar mais a avaliação sumativa.

A avaliação terá em consideração todos os objetivos das unidades de ensino sendo as suas percentagens as seguintes:

Quadro 13- Atitudes e dos Valores

Atitudes e Valores	Percentagem
Empenho/interesse - Esforço, interesse, predisposição para a realização das atividades, cordialidade e ajuda a colegas e ao professor.	25%
Disciplina/comportamento - Observação de normas, interiorização e cumprimento do regulamento, respeito, cordialidade e ajuda a colegas e ao professor.	25%
Assiduidade/Pontualidade - Disponibilidade regular do aluno no local da prática da disciplina, respeitando o seu horário.	25%
Autonomia/Cooperação/Colaboração – Revela autonomia, coopera com os colegas e professor na realização nas tarefas que lhe são solicitadas, nas ajudas, no transporte e arrumo dos materiais.	25%