

Critérios de Avaliação dos Cursos

Profissionais Educação Física–2026/2027

Respeitando as orientações metodológicas relativas à avaliação enunciadas nos documentos curriculares de referência Aprendizagens Essenciais, foram definidos os seguintes critérios de avaliação:

Módulos de Atividades Físicas e Desportivas:

1ºAno	Critérios		NívelNI	Nívell	NíveIE
	JDCI		0 -9	10-13	14-20
	GINÁSTICA I	Aparelhos			
		Solo			
	ATL/RAQ/PAT I				
	DANÇA I				
2ºAno	Critérios		NívelNI	Nívell	NíveIE
	JDCII		0 -9	10-13	14 -20
	GINÁSTICAII(aparelho)				
	ATL/RAQ/PAT II				
	DANÇAII				
	Critérios		NívelNIou I	NíveIE	PartedonívelA
	GINÁSTICAII(aparelho)		0 -9	10-13	14-20
3ºAno	Critérios		NívelNI	Nívell	NíveIE
	GINÁSTICAIII(acrobática)		0 -9	10-13	14 -20
	ACT.EXPL.NAT				
	Critérios		NívelNIou I	NíveIE	PartedonívelA
	JDCIII		0 -9	10 –13	14-20
	DANÇAIII				

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 CONTÉÚDOS(4V)	REFERÊNCIA TEMAS 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 *FitEscola*), 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**.

AVALIAÇÃO DA APTIDÃO FÍSICA NOS CURSOS PROFISSIONAIS

Testes utilizados: Vai e Vem; Abdominais; Extensões de Braços; Impulsão Horizontal e Sentar e Alcançar

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

LEGENDA:

ZSAF—Zona Saudável da Aptidão Física.

ZOAF—Zona Ótima da Aptidão Física - **Perfil Atlético**

ELENCO MODULAR DOS CURSOS PRIFISSIONAIS–Educação Física

	Áreas	Módulos	NºM od.2	Referênciaparaosuccesso	Ano
A)ACTIVIDADES FÍSICAS	JOGOS DESPORTIVOSCO LECTIVOS	<i>JDCI</i>	1	OnívelIntroduçãodeVoleibolou AndebolouFutebolouBasquetebol	1ºAno do curso
		<i>JDCII</i>	2	OnívelIntroduçãodeoutrojogoque nãoseleccionadonomóduloanterior	2ºAno do curso
		<i>JDCIII</i>	3	O nível Elementar de Voleibol ouAndebolouFutebolouBasquetebol	3ºano docurs o
	GINÁSTICA	<i>GINÁSTICA I</i>	4	O nível Introdução da Ginástica de SoloeonívelIntroduçãodeumaparelhod a Ginástica de Aparelhos	1ºAno docurs o
		<i>GINÁSTICA II</i>	5	OnívelElementar deumaparelhodaGinástica de Aparelhos e o nívelIntroduçãodeoutro aparelhoda Ginástica de Aparelhos	2º Ano docurs o
		<i>GINÁSTICA III</i>	6	OnívelIntrodução da Ginástica Acrobática	3ºanodo curso
	OUTRASACTIVIDADE S FÍSICASDESPORTIVAS	<i>ATL/RAQ/P ATI</i>	7	OnívelIntrodução do Atletismo ou de um DesportodeRaquetasouda Patinagem	1ºAno docurs o
		<i>ATL/RAQ/ PATII</i>	8	OnívelIntrodução de outramatéria nãoseleccionadanomóduloanterior	2ºAno do curso
	ACTIVIDADES DEEXPLORAÇÃO DA NATUREZA	<i>ACT. EXPL.N AT</i>	9	OnívelIntrodução de uma matéria das Ati vidades de Exploração da Natureza	3º Ano docurs o
	DANÇA	<i>DANÇA I</i>	10	UmadañadonívelIntrodução das Danç as Sociaisoudas Tradicionais Portuguesas	1º Ano docurs o
		<i>DANÇA II</i>	11	Outra Dança do nível Introdução das Danças Sociaisoudas Tradicionais Portuguesas	2º Ano docurs o
		<i>DANÇA III</i>	12	UmadañadonívelElementar das Dança s Sociaisoudas Tradicionais Portuguesas	3ºAnodo curso
B) APTIDÃO	DESENVOLVIMENTO DAS CAPACIDADES MOT ORAS CONDICIONAIS ECOORDENATIVAS	<i>APTIDÃO FÍSICA</i>	13	O aluno tem pelo menos 3 testes na Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF)	Durante todo ocurso
C) CONHECIMENTOS	CONHECIMENTO SOBRE CONDIÇÃO FÍSICA E CONTEXTOS ONDE SE REALIZAM AS ATIVIDADES FÍSICAS	<i>ACT. FIS /CONTEXTO SESAÚDE I</i>	14	O aluno revela domínio dos conhecimentos relativos aos objetivos 1, 2 e 3 especificados no programa	1º Ano docurs o
		<i>ACT. FIS /CONTEXTO SESAÚDE II</i>	15	O aluno revela domínio dos conhecimentos relativos aos objetivos 4 e 5 especificados no programa	2º Ano docurs o
		<i>ACT. FIS /CONTEXTO SESAÚDE III</i>	16	O aluno revela domínio dos conhecimentos relativos aos objetivos 6 e 7 especificados no programa	3º Ano docurs o

