

## ANO LETIVO 2024-2025

“Os critérios estão adequados aos três tipos de ensino: regime presencial, misto e à distância”

### CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA CURSO DE EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO

COMPETÊNCIAS	DOMÍNIOS	MÓDULOS	PONDERAÇÃO	ACPA	ESTRATÉGIAS DE RECOLHA DE INFORMAÇÃO	
CONHECIMENTOS, CAPACIDADES E ATITUDES	CONCETUAL E PROCEDIMENTAL	A1	70%	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Prestação motora.</li> <li>- Ser apto fisicamente de acordo com a bateria de testes do programa nacional - FITESCOLA.</li> <li>- Conhecer o regulamento técnico das modalidades e os respetivos sinais de arbitragem;</li> <li>- Identificar e caracterizar os elementos técnicos e táticos das modalidades;</li> <li>- Identificar os materiais utilizados e os terrenos de jogo das modalidades;</li> <li>- Identificar as capacidades motoras do indivíduo;</li> <li>- Conhecer e exemplificar métodos para o desenvolvimento das diferentes capacidades motoras.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fichas de registo de exercícios das modalidades inseridas nas matérias a avaliar (avaliação diagnóstica, formativa e sumativa);</li> <li>- Registo das capacidades motoras avaliadas em fichas;</li> <li>- Transposição dos resultados para a plataforma do FITESCOLA;</li> <li>- Testes escritos;</li> <li>- Trabalho individual ou de grupo;</li> <li>- Fichas de trabalho;</li> <li>- Ficha de avaliação de trabalho individual ou de grupo;</li> <li>- Participação oral;</li> </ul>	
		A2				
		A3				
		B				
CAPACIDADES E ATITUDES	ATTITUDINAL	CIDADANIA E DESENVOLVIMENTO	PARTICIPAÇÃO E EMPENHO D1	15%	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Participação nas atividades;</li> <li>- Empenho nas atividades;</li> <li>- Perseverança;</li> <li>- Cooperação;</li> <li>- Solidariedade.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Questionamento online;</li> <li>- Cidadania e Desenvolvimento;</li> <li>- DACS;</li> <li>- Ficha de registo diária;</li> <li>- Rubricas;</li> <li>- Observação direta.</li> </ul>
			DISCIPLINA E PONTUALIDADE D2	15%	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Regras;</li> <li>- Pontualidade;</li> <li>- Autonomia;</li> <li>- Respeito.</li> </ul>	

#### MÓDULOS

**A1**  
Jogos Desportos Coletivos:  
- Futsal  
- Voleibol  
- Andebol  
- Basquetebol

**A2**  
Ginástica:  
- Solo  
- Aparelhos  
- Acrobática  
  
Atletismo:  
- Corridas  
- Saltos  
- Lançamentos

**A3**  
Outras Atividades Físicas Desportivas:  
- Badminton

**B**  
Aptidão Física  
- Resistência  
- Força  
- Velocidade  
- Flexibilidade  
- Destreza Geral

**C1**  
Conhecimentos sobre o Desenvolvimento da Condição Física

**C2**  
Conhecimento sobre o Contexto onde se Realizam as Atividades Físicas

## **ALUNOS COM ATESTADO MÉDICO**

<b>ALUNOS COM ATESTADO MÉDICO</b>					
<b>COMPETÊNCIAS</b>	<b>DOMÍNIOS</b>	<b>MÓDULOS</b>	<b>PONDERAÇÃO</b>	<b>ACPA</b>	<b>ESTRATÉGIAS DE RECOLHA DE INFORMAÇÃO</b>
<b>CONHECIMENTOS, CAPACIDADES E ATITUDES</b>	<b>CONCETUAL E PROCEDIMENTAL</b>	<b>C1</b>	70%	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conhecer o regulamento técnico das modalidades e os respetivos sinais de arbitragem;</li> <li>- Identificar e caracterizar os elementos técnicos e táticos das modalidades;</li> <li>- Identificar os materiais utilizados e os terrenos de jogo das modalidades;</li> <li>- Identificar as capacidades motoras do indivíduo;</li> <li>- Conhecer e exemplificar métodos para o desenvolvimento das diferentes capacidades motoras.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Testes escritos;</li> <li>- Trabalho individual ou de grupo;</li> <li>- Fichas de trabalho;</li> <li>- Ficha de avaliação de trabalho individual ou de grupo;</li> <li>- Participação oral;</li> <li>- Questionamento online;</li> <li>- Ficha de registo diária;</li> <li>- Relatórios;</li> <li>- Cidadania e Desenvolvimento;</li> <li>- DACS;</li> <li>- Rubricas;</li> <li>- Observação direta.</li> </ul>
		<b>C2</b>			
<b>CAPACIDADES E ATITUDES</b>	<b>ATTITUDINAL</b>	<b>CIDADANIA E DESENVOLVIMENTO</b>	<b>PARTICIPAÇÃO E EMPENHO D1</b>	10%	
			<b>DISCIPLINA E PONTUALIDADE D2</b>	10%	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Regras;</li> <li>- Pontualidade;</li> <li>- Autonomia;</li> <li>- Respeito.</li> </ul>
			<b>APOIO À AULA D3</b>	10%	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Informação;</li> <li>- Comunicação;</li> <li>- Cooperação;</li> <li>- Solidariedade;</li> <li>- Empenho nas tarefas.</li> </ul>

### **PERFIL DO ALUNO NO FINAL DO CURSO DE EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO**

- Participa empenhadamente nas atividades da aula;
- Apresenta aptidão física nas capacidades motoras avaliadas atendendo ao seu escalão etário;
- Cumpre as habilidades motoras, obtendo como média final o nível 3 (50%);
- Elabora trabalhos de grupo e/ou realiza testes demonstrando conhecimentos relativos à aprendizagem dos processos de desenvolvimento e manutenção da condição física e de interpretação e participação nas estruturas e fenómenos sociais extraescolares, no seio dos quais se realizam as atividades físicas;
- Demonstra sentido de responsabilidade: regras, autonomia e perseverança;
- Demonstra competências sociais: cooperação e respeito;
- É Pontual.

**A - GRELHA DE AVALIAÇÃO DA PRESTAÇÃO MOTORA:**

NÍVEIS	COMPORTAMENTO OBSERVADO	PERCENTAGEM	NOMENCLATURA
1	<b>Não executa, ou executa sempre de forma incorreta e desadequada</b> em relação à matéria de ensino os exercícios e/ou ações motoras. As suas prestações são sempre muito baixas;	0-19	REDUZIDO
2	<b>Executa quase sempre incorretamente</b> os exercícios e/ou ações motoras;	20-49	NÃO SATISFAZ
3	<b>Executa corretamente</b> os exercícios e/ou as ações motoras <b>revelando, no entanto, algumas dificuldades;</b>	50-69	SATISFAZ
4	<b>Executa corretamente</b> os exercícios e /ou as ações motoras;	70-89	SATISFAZ BEM
5	<b>Executa corretamente e com mestria</b> os exercícios e /ou as ações motoras <b>revelando autonomia e domínio</b> nas tarefas sendo a sua <b>prestação ótima.</b>	90-100	EXCELENTE

**B - GRELHA DE AVALIAÇÃO DA APTIDÃO FÍSICA:**

Bateria de Testes de Aptidão Física avaliados em Zona Saudável e Zona Não Saudável.

NÍVEIS	COMPORTAMENTO OBSERVADO
1	O aluno <b>não tem seis ou mais</b> resultados dos TCF dentro da Zona Saudável.
2	O aluno <b>não tem quatro ou cinco</b> resultados dos TCF dentro da Zona Saudável ou a <b>resistência e os abdominais</b> encontram-se fora da ZSAF.
3	O aluno <b>tem dois</b> resultados dos TCF fora da Zona Saudável, desde que não seja em simultâneo o <b>da resistência e o dos abdominais</b>
4	O aluno <b>não tem um</b> resultado dos TCF dentro da Zona Saudável.
5	O aluno <b>tem todos</b> os resultados dos TCF dentro da Zona Saudável.

Nota: um teste dentro do perfil atlético elimina um teste fora da Zona Saudável, desde que não seja o da resistência ou o dos abdominais.

**BATERIA - FITESCOLA****TESTES A AVALIAR**

IMC (Não Classificado)

VAI-VEM

FLEXIBILIDADE DOS OMBROS

SENTA E ALCANÇA

FLEXÕES/EXTENSÕES DE BRAÇOS

ABDOMINAIS

IMPULSÃO HORIZONTAL

VELOCIDADE

AGILIDADE

**C - GRELHA DE AVALIAÇÃO DOS TESTES ESCRITOS OU FICHAS:**

NÍVEIS	PERCENTAGEM	NOMENCLATURA
1	0-19	REDUZIDO
2	20-49	NÃO SATISFAZ
3	50-69	SATISFAZ
4	70-89	SATISFAZ BEM
5	90-100	EXCELENTE

**GRELHA DE AVALIAÇÃO DOS TRABALHOS INDIVIDUAIS OU DE GRUPO**

PARÂMETROS A AVALIAR	PERCENTAGEM
Estrutura	20%
Conteúdos	40%
Linguagem	20%
Apresentação	20%
<b>TOTAL</b>	<b>100%</b>
Cada dia de atraso na entrega do trabalho desconta	10%

**D1 - AVALIAÇÃO DA PARTICIPAÇÃO E EMPENHO NAS ATIVIDADES:**

NÍVEIS	COMPORTAMENTO OBSERVADO
1	O aluno não demonstra empenho ou frequentemente apresenta-se sem material.
2	O aluno é pouco empenhado ou apresenta-se, várias vezes, sem material.
3	O aluno é suficientemente empenhado ou, por vezes, não se apresenta com o material.
4	O aluno é bastante empenhado e apresenta-se quase sempre com o material.
5	O aluno é muito empenhado e apresenta-se sempre com o material.

NÃO REALIZAÇÃO INJUSTIFICADA DE AULAS POR FALTA DE MATERIAL	
NÍVEIS	OCORRÊNCIAS
1	> 7
2	6 – 7
3	4 – 5
4	2 – 3
5	0 – 1

**D2 - GRELHA DE AVALIAÇÃO DA DISCIPLINA E PONTUALIDADE:**

NÍVEIS	COMPORTAMENTO OBSERVADO
1	O aluno não é disciplinado ou raramente é pontual.
2	O aluno é pouco disciplinado ou, muitas vezes, não é pontual.
3	O aluno é suficientemente disciplinado ou, por vezes, não é pontual.
4	O aluno é bastante disciplinado e quase sempre pontual.
5	O aluno é disciplinado e sempre pontual.

FALTA DE PONTUALIDADE	
NÍVEIS	OCORRÊNCIAS POR PERÍODO
1	> 7
2	6 – 7
3	4 – 5
4	2 – 3
5	0 – 1

**Nota:** A falta de pontualidade decorre de um atraso superior a 5 minutos e inferior a 10 minutos. Caso o atraso seja superior a 10 minutos, será assinalada falta de presença. Em qualquer caso, independentemente da hora de chegada do aluno, ser-lhe-á permitida a participação na aula.

**D3 - GRELHA DE AVALIAÇÃO DO APOIO À AULA:**

NÍVEIS	COMPORTAMENTO OBSERVADO
1	O aluno <b>não realiza o apoio</b>
2	O aluno <b>realiza pouco apoio</b> .
3	O aluno <b>realiza o apoio suficientemente</b> .
4	O aluno <b>realiza bastante apoio</b> .
5	O aluno <b>realiza muito apoio</b> .

PENALIZAÇÃO POR NÃO CUMPRIMENTO DAS TAREFAS	
NÍVEIS	OCORRÊNCIAS
0	0-2
1	3-4
2	5-7
3	8-11
4	>=12