

Curso Profissional de Nível Secundário  
CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO/PLANO CURRICULAR- EDUCAÇÃO FÍSICA TERCEIRO ANO (12.º ANO)

Domínios	Aprendizagens Essenciais						Descritores do perfil dos alunos	
	Conhecimentos, Capacidades e Atitudes			H o r a s	A u l a s	Ações de ensino orientadas para o perfil dos alunos		
	Matérias		Competências Essenciais					
MÓDULOS DAS ATIVIDADES FÍSICAS	Módulo 3	JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS III	Voleibol	E	12	16	- Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo, realizando com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares em todas as funções, conforme a oposição em cada fase do jogo, aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro.	A, B, C, D, E, F, G, J
			Futebol					
			Andebol					
Basquetebol								
Módulo 6	GINÁSTICA III	Solo / Aparelhos / Acrobática	I - Solo / Aparelhos / Acrobática diferente do demonstrado no 1.º ano do ciclo de formação ou E - no mesmo demonstrado no 1.º ano do ciclo de formação	9	12	Compor, realizar e analisar esquemas individuais e em grupo da Ginástica, aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação das destrezas, e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios.	A, B, C, D, E, F, G, H, J	
Módulo 9	ATIVIDADES DA EXPLORAÇÃO DA NATUREZA	Orientação	I	3	4	- Realizar atividades de exploração da Natureza, aplicando correta e adequadamente as técnicas específicas, respeitando as regras de organização, participação e, especialmente, de preservação da qualidade do ambiente.	A, B, C, D, E, F, G, J	
		Outras						

	Módulo 12	DANÇA III	- Danças Tradicionais Portuguesas - Danças Sociais	E	6	8	- Apreciar, compor e realizar, nas Atividades Rítmicas Expressivas, seqüências de elementos técnicos elementares em coreografias individuais e ou em pequenos grupos, aplicando os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições.	A, B, D, E, F, H, J
MÓDULO DA APTIDÃO FÍSICA	Módulo 13	APTIDÃO FÍSICA	Enquadra-se na Zona Saudável da Aptidão Física (ZSAF) do programa FITescola®.	Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF)	6	8	Desenvolver capacidades motoras evidenciando aptidão neuromuscular e aptidão aeróbia, trabalhando individualmente ou em pequenos grupos. Bateria de Testes <i>Fitescola</i> ®.	B, E, F, G, J
MÓDULO DOS CONHECIMENTOS	Módulo 16	ATIVIDADE FÍSICA/ CONTEXTOS E SAÚDE III	- A especialização precoce e a exclusão ou abandono precoces; - A dopagem e os riscos de vida e/ou saúde; - A violência (dos espectadores e dos atletas) vs. espírito desportivo; - A corrupção vs. verdade desportiva.	>= 10 Valores	5,5	8	Reflexão e concretização dos conceitos em situações teórico/práticas e de mobilização dos colegas na realização de diversas atividades físicas. (ver Nota)	A, B, F, I
Total						41,5	56	

Os critérios de avaliação têm por base as áreas de competências inscritas no Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória. Na sua elaboração foram ainda tidos em consideração os documentos curriculares em vigor nomeadamente os **Aprendizagens Essenciais** e a plataforma *FITescola*®.

O **módulo 13**, da Aptidão Física é abordado ao longo dos 3 anos, contudo a classificação apenas é atribuída no término do 3º ano (12º ano).

No **módulo 16**, o aluno deve ser capaz de:

- identificar o tipo de atividade (desportiva ou outra) cuja prática pode, face à especificidade do esforço solicitado, contribuir para a melhoria da sua aptidão física, tendo em vista a sua saúde e bem-estar.
- analisar criticamente aspetos gerais da ética na participação nas atividades físicas desportivas, relacionando os interesses sociais, económicos, políticos e outros com algumas das suas “perversões”, nomeadamente:
  - a especialização precoce e a exclusão ou abandono precoces;
  - a dopagem e os riscos de vida e/ou saúde;
  - a violência (dos espectadores e dos atletas) versus espírito desportivo;
  - a corrupção versus verdade desportiva.

## CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO:

12º Ano					
	< 10 (Valores)	10 - 12 (Valores)	13 - 15 (Valores)	16 - 17 (Valores)	18 - 20 (Valores)
<b>Atividades Físicas</b>					
<b>Avaliação dos Módulos 3,6,9,12</b>	< 5 objetivos I para os módulos 6 e 9; < 5 objetivos E nos módulos 3 e 12	5 objetivos I para os módulos 6 e 9; 5 objetivos E nos módulos 3 e 12	4 objetivos I + 1 objetivo E para os módulos 6 e 9; 4 objetivos E + 1 objetivo A para os módulos 3 e 12	3 objetivos I + 2 objetivos E para os módulos 6 e 9; 3 objetivos E + 2 objetivo A para os módulos 3 e 12	2 objetivos I + 4 objetivos E para os módulos 6 e 9; 2 objetivos E + 3 objetivo A para os módulos 3 e 12
<b>Aptidão Física</b>					
<b>Avaliação do Módulo 13</b>	Não realiza os testes dentro da ZSAF	3 teste dentro da ZSAF	4 teste dentro da ZSAF	5 teste dentro da ZSAF	6 teste dentro da ZSAF
<b>Conhecimentos</b>					
<b>Avaliação do Módulo 16</b>	O aluno não demonstra os conhecimentos definidos para o 12º ano	O aluno demonstra conhecimentos definidos para o 12º ano nos critérios de avaliação de EF (trabalhos de projeto ou trabalhos de grupo)			

Nota 1: Caso o módulo 6 (Ginástica III) trabalhe o nível elementar, são ponderados para os critérios de avaliação os objetivos a nível elementar e não a nível introdução como consta na grelha acima.

PI - Parte Introdução; I - Introdução; PE - Parte Elementar; E - Elementar; PA - Parte Avançado; A - Avançado; ZSAF - Zona Saudável Aptidão Física (de acordo com a Bateria de testes FITescola®)

Considera-se que um aluno cumpre um nível (I, E ou A) no domínio das Atividades Físicas quando os seus conhecimentos, capacidades e atitudes, representam a totalidade do nível considerado.

A versão completa das Aprendizagens Essenciais pode ser consultada na seguinte página: <https://www.anqep.gov.pt/np4/476.html>

Ano Curricular	12º Ano						
	Módulo	3	6	9	12	13	16
Limite de Faltas em tempos letivos (10%)		2	2	1	1	1	1

## Resumo do Regulamento Específico da Educação Física

Nas aulas de Educação Física (EF), ou na utilização das instalações desta disciplina, os ALUNOS devem:

- utilizar uma t-shirt do agrupamento, garrafa de água e sapatos/sapatilhas de ginástica para a prática de atividades físicas;
- aguardar a entrada para o balneário por turma, respeitando algum distanciamento físico;
- os alunos devem entrar pela rampa de acesso ao átrio, após o toque de entrada, dirigindo-se para os respetivos balneários;
- usar equipamento próprio para a prática desportiva em todas as atividades em que participem, devidamente limpo (não é permitido o uso de anéis, colares, pulseiras, etc. durante as aulas); O cabelo comprido deve estar devidamente agarrado.
- proceder à troca do calçado, já no interior dos balneários, (calçar os sapatos/sapatilhas que trazem na mochila, indicados para a prática de atividades físicas);
- guardar no setor as malas com todos os objetos de valor (telemóveis, calculadoras, carteiras, relógios...) Os telemóveis devem ser desligados ou colocados em silêncio. A responsabilidade sobre todos os valores será unicamente de cada aluno;
- sair da aula 10 minutos mais cedo, para poderem proceder recomendada higienização (banho, muda de roupa...);
- Entrar na instalação após a indicação do professor;
- no GINÁSIO AZUL, apenas podem ser utilizadas, como calçado, sapatilhas de ginástica;
- ao abrigo da lei em vigor, os alunos que apresentem dispensa da atividade prática, parcial ou total, devem comparecer nas aulas sempre com vestuário e calçado apropriados, quer para a participação possível em atividade quer para as características da instalação em que se encontram;
- colaborar no transporte e arrumação do material portátil necessário para a aula, por indicação do professor (2/3 alunos);
- utilizar sempre o material, quer fixo quer portátil, de forma mais adequada e correta possível, de acordo com as indicações dadas pelo professor. No caso de se registarem danos, por uso inadequado, terão de o substituir, arranjar ou pagar;
- contribuir para a limpeza das instalações, nomeadamente não atirando papéis, nem lixo para o chão;
- lembrar-se que não é permitido permanecer na aula a mascar pastilhas elásticas ou a comer.

julho de 2024

O professor

---