



Avaliação em Educação Física

2025/2029

Ponderação dos Domínios

		<i>Domínios de Avaliação Educação Física</i>					
		Capacidades + Conhecimentos - 100%					
Ciclo	Ano	Matérias	Aptidão Física	Conhecimentos	E.C.	C.E.L.P.	U.T.I.C.
2º	5º	70%	20%	10%	Inc.	Inc.	N.A.*
	6º	70%	20%	10%	Inc.	Inc.	N.A.*
3º	7º	70%	20%	10%	Inc.	Inc.	N.A.*
	8º	70%	20%	10%	Inc.	Inc.	N.A.*
	9º	70%	20%	10%	Inc.	Inc.	N.A.*

E.C. - Educação para a Cidadania

C.E.L.P. - Compreensão e Expressão em Língua Portuguesa

U.T.I.C. - Utilização das Tecnologias de Informação e Comunicação

Inc. - Incluídos nas Capacidades e Conhecimentos

N.A. - Não Avaliado

		<i>Atestado Médico Educação Física</i>				
		Capacidades + Conhecimentos - 100%				
Ciclo	Ano	Cognitivo	Conhecimentos	E.C.	C.E.L.P.	U.T.I.C.
Todos Anos		20%	80%	Inc.	Inc.	N.A.

E.C. - Educação para a Cidadania

C.E.L.P. - Compreensão e Expressão em Língua Portuguesa

U.T.I.C. - Utilização das Tecnologias de Informação e Comunicação

N.A. - Não Avaliado



Subdomínio das Atividades Físicas

- De acordo com as Metas de Aprendizagem, as Normas de Referência estabelecem as regras ou critérios gerais para se considerar que um aluno tem sucesso (nível 3) em Educação Física;
- Estão definidos os perfis de jogo para todas as matérias e para cada nível, de forma a garantir a homogeneidade na interpretação de cada um dos níveis;

Agrupamento das Matérias

	Matérias											
	JOGOS	JOGOS DESP. COLETIVOS				GINÁSTICA			ATLETISMO	DANÇA	DESP. DE RAQUETAS	
MATÉRIAS	Jogos Pré-desportivos	Futebol	Andebol	Basquetebol	Voleibol	Ginástica de solo	Gin. De aparelhos	Gin. Acrobática	Atletismo	Dança	Badminton	Ténis de mesa

As matérias, na disciplina de Educação Física são definidas por níveis:
I – Introdução; E – Elementar; A – Avançado.

Para os alunos que não consigam atingir o nível I, é-lhes atribuído o nível NI (Não Introdução)

Subdomínio das Atividades Físicas – Metas de Aprendizagem (2.º e 3.º ciclo) e Normas de aplicação (Nível 3)

Ano	5.º	6.º	7.º	8.º	9.º
Meta	3 Níveis Introdução	4 Níveis Introdução	5 Níveis Introdução	6 Níveis Introdução	6 Níveis: 5 Introdução e 1 Elementar
Norma	De cada um dos níveis de matérias de Subdomínios diferentes	1 nível de uma matéria dos subdomínios : Jogos ou JDC 1 nível de uma matéria do Subdomínio GIN 2 níveis de 2 matérias dos restantes Subdomínios, cada um de Subdomínios diferentes	1 nível de uma matéria do Subdomínio JDC 1 nível de uma matéria do Subdomínio GIN 3 níveis de 3 matérias dos restantes Subdomínios, cada um de Subdomínios diferentes	1 nível de uma matéria do Subdomínio JDC 1 nível de uma matéria do Subdomínio GIN 4 níveis de 4 matérias dos restantes Subdomínios, cada um de Subdomínios diferentes	2 níveis de duas matérias do Subdomínio JDC 1 nível de uma matéria do Subdomínio GIN 1 nível de uma matéria do Subdomínio DANÇA 2 níveis de 2 matérias dos restantes Subdomínios, cada um de Subdomínios diferentes



Critério para atribuição dos níveis 4 e 5

- No 2º Ciclo, são escolhidas as 6 melhores matérias do aluno (uma de cada);
- No 3º Ciclo, são escolhidas as 6 melhores matérias do aluno, obrigatoriamente 2 da matéria dos Jogos Desportivos Coletivos, 1 da matéria de Ginástica, mais os restantes.

Quadro de referência

	5º ANO		6º ANO		7º ANO		8º ANO		9º ANO	
NÍVEL 1	1I/2i	<=1	2I/4i	<=2	3I/6i	<=3	4I	<=4	5I	<=5
NÍVEL 2	2I/4i	<3	3I/6i	<4	4I	<5	5I	<6	6I	<7
NÍVEL 3	3I/6i	3	4I	4	5I	5	6I	6	5I+1E	7
NÍVEL 4	4I	>3; <5	5I	>4; <6	6I/4I+1E	>5; <6,5	7I	>6; <7	4I+2E	>7; <=8
NÍVEL 5	5I	>=5	6I	>=6	7I/5I+1e	>=6,5	5I+1E	>=7	3I+3E	>8

Para a atribuição de Pontos, cada nível apresenta a seguinte cotação:

Nível i – 0,5 pontos

Nível e – 1,5 pontos

Nível I – 1 ponto

Nível E – 2 pontos

Nível NI – 0 pontos

- Um aluno que obtenha nalguma matéria escolhida o Nível NI (Não Introdução), não poderá aspirar a ter nível 5 neste subdomínio de Avaliação, sendo-lhe atribuído o nível imediatamente inferior.

A descrição dos Perfis de Aprendizagem específicas de cada matéria em cada ano e ciclo de escolaridade encontram-se em documento específico na página da internet da escola – www.aejms.net.

.

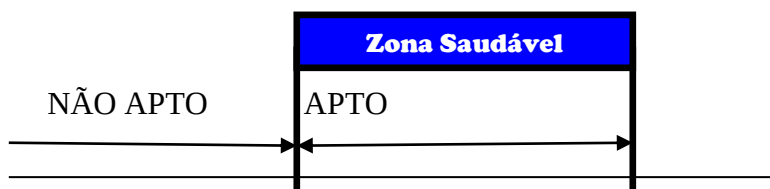


Subdomínios da Aptidão Física

➡ Ficou definido que os alunos serão avaliados uma vez por período letivo, em cinco dos seis testes da bateria do FitEscolas.

- ☒ *Vaivém*
- ☒ *Abdominais*
- ☒ *Impulsão Horizontal*
- ☒ *Flexibilidade de Ombros*
- ☒ *"Senta e Alcança"*
- ☒ *IMC (realizado mas não avaliado)*

Relativamente à classificação de cada um dos testes foram definidos dois níveis:



Subdomínio da Aptidão Física – Metas de Aprendizagem (Nível 3)

Ano	5.º	6.º	7.º	8.º	9.º
Meta	Demonstra capacidades em testes de Resistência Aeróbia e testes de Aptidão Muscular adequadas às normas da aptidão física representativa da Saúde, para a sua idade.				
Norma (aplicada aos anos terminais de ciclo)	a)	Encontra-se na Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF – <i>FitEscolas</i>) num dos testes de aptidão aeróbia (vai-vém). Encontra-se na Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF – <i>FitEscolas</i>) no teste de aptidão muscular da categoria: Abdominais.	a)		Encontra-se na Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF – <i>FitEscolas</i>) num dos testes de aptidão aeróbia (vai-vém). Encontra-se na Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF – <i>FitEscolas</i>) em dois testes de aptidão muscular, um da categoria Abdominais e outro das restantes categorias (Força Superior e Flexibilidade).

a) Nos 5º, 7º e 8º anos contabiliza-se o número de testes em que os alunos se encontram na zona saudável.



Subdomínios dos Conhecimentos

- Ao nível dos conhecimentos é de referir que esta área tem definido nos PNEF **conteúdos programáticos específicos**, não sendo tema de abordagem assuntos relacionados com os regulamentos das matérias.
- A abordagem dos temas deverá ser transmitida, de preferência, durante as aulas práticas;
- O Departamento de Educação Física possui Manual adotado para permitir que os seus alunos possam acompanhar com mais facilidade as diferentes temáticas do Programa;
- Estes deverão ser aferidos sempre que o professor ache adequado de forma oral, escrita ou interativa;
- Ficará ao critério de cada Professor a realização de fichas de trabalho.

Relativamente à classificação foram definidos cinco níveis:

<i>Percentagem</i>	<i>Nível Qualitativo</i>	<i>Nível Quantitativo</i>
<i>0% -49%</i>	<i>Insuficiente</i>	<i>2</i>
<i>50% – 69%</i>	<i>Suficiente</i>	<i>3</i>
<i>70% – 89%</i>	<i>Bom</i>	<i>4</i>
<i>90% - 100%</i>	<i>Muito Bom</i>	<i>5</i>

O Coordenador do Departamento de Educação Física,
Carlos Saraíva