

CRITÉRIOS de AVALIAÇÃO de Educação Física do ENSINO SECUNDÁRIO

10º Ano – Perfis de desempenho

De acordo com as aprendizagens essenciais é obrigatório para o sucesso: 2 JDC, 1 Ginástica e Dança.
Por decisão do Departamento a Natação também é matéria obrigatória para o sucesso.

Nível de Desempenho	Atividades Físicas De todas as matérias abordadas, o aluno desenvolve as competências essenciais de:	Aptidão Física Está dentro da zona saudável de aptidão física para a sua idade e sexo:	Conhecimentos
20	Nível Introdução em 1 matéria, Nível Quase Elementar em 1 matéria e de Nível Elementar em 4 matérias. Sendo obrigatório 2 JDC, 1 Ginástica, 1 Dança e 1 Natação, a sexta matéria será escolhida entre as seguintes subáreas: Patinagem, Atletismo e Badminton.	Em todos os testes, alcançando o Perfil Atlético em pelo menos um dos testes.	O aluno demonstra saber, oralmente ou por escrito, todos os conteúdos abordados. Demonstra correção na língua portuguesa. Entrega todos os trabalhos solicitados.
19	Nível Introdução em 2 matéria e Nível Elementar em 4 matérias. Sendo obrigatório 2 JDC, 1 Ginástica, 1 Dança e 1 Natação, a sexta matéria será escolhida entre as seguintes subáreas: Patinagem, Atletismo e Badminton.		
18	Nível Introdução em 2 matérias, de Nível Quase Elementar em 1 matéria e Nível Elementar em 3 matérias. Sendo obrigatório 2 JDC, 1 Ginástica, 1 Dança e 1 Natação, a sexta matéria será escolhida entre as seguintes subáreas: Patinagem, Atletismo e Badminton.	Em todos os testes	

O aluno para alcançar o patamar do Muito Bom deverá ser: Assíduo e pontual; respeitador das regras, dos colegas, do professor e dos funcionários; deverá participar, sempre, de forma ativa nas atividades letivas, cooperando com os colegas e professor; deverá ser responsável pelas suas aprendizagens, demonstrando, sempre, iniciativa e autonomia no desenvolvimento das tarefas de aprendizagem e deverá ajudar os colegas com mais dificuldades.

17	Nível Introdução em 2 matérias, de Nível Quase Elementar em 1 matéria e Nível Elementar em 3 matérias. Sendo obrigatório 2 JDC, 1 Ginástica, 1 Dança e 1 Natação, a sexta matéria será escolhida entre as seguintes subáreas: Patinagem, Atletismo e Badminton.	No teste de aptidão aeróbia, no teste de força abdominal e em mais 3 testes de aptidão muscular.	O aluno demonstra saber, oralmente ou por escrito, todos os conteúdos abordados.
16	Nível Introdução em 2 matérias, de Nível Quase Elementar em 2 matérias e Nível Elementar em 2 matérias. Sendo obrigatório 2 JDC, 1 Ginástica, 1 Dança e 1 Natação, a sexta matéria será escolhida entre as seguintes subáreas: Patinagem, Atletismo e Badminton.		
15	Nível Introdução em 2 matérias, de Nível Quase Elementar em 2 matérias e Nível Elementar em 2 matérias. Sendo obrigatório 2 JDC, 1 Ginástica, 1 Dança e 1 Natação, a sexta matéria será escolhida entre as seguintes subáreas: Patinagem, Atletismo e Badminton.	No teste de aptidão aeróbia, no teste de força abdominal e em mais 2 testes de aptidão muscular.	
14	Nível Introdução em 3 matérias, de Nível Quase Elementar em 2 matérias e de Nível Elementar em 1 matéria. Sendo obrigatório 2 JDC, 1 Ginástica, 1 Dança e 1 Natação, a sexta matéria será escolhida entre as seguintes subáreas: Patinagem, Atletismo e Badminton.		
O aluno para alcançar o patamar do Bom deverá ser: Assíduo e pontual; respeitador das regras, dos colegas, do professor e dos funcionários; deverá participar, sempre, de forma ativa nas atividades letivas, cooperando com os colegas e professor; deverá ser responsável pelas suas aprendizagens, demonstrando, muitas vezes, iniciativa e autonomia no desenvolvimento das tarefas de aprendizagem.			
13	Nível Introdução em 3 matérias, de Nível Quase Elementar em 2 matérias e Nível Elementar em 1 matéria. Sendo obrigatório 2 JDC, 1 Ginástica, 1 Dança e 1 Natação, a sexta matéria será escolhida entre as seguintes subáreas: Patinagem, Atletismo e Badminton.	No teste de aptidão aeróbia, no teste de força abdominal e num outro teste de aptidão muscular.	
12	Nível Introdução em 4 matérias, de Nível Quase Elementar em 1 matéria e Nível Elementar em 1 matéria. Sendo obrigatório 2 JDC, 1 Ginástica, 1 Dança e 1 Natação, a sexta matéria será escolhida entre as seguintes subáreas: Patinagem, Atletismo e Badminton.		

11	Nível Introdução em 5 matérias, e de Nível Elementar em 1 matéria. Sendo obrigatório 2 JDC, 1 Ginástica, 1 Dança e 1 Natação, a sexta matéria será escolhida entre as seguintes subáreas: Patinagem, Atletismo e Badminton.		
10	Nível Introdução em 5 matérias e de Nível Quase Elementar em 1 matéria. Sendo obrigatório 2 JDC, 1 Ginástica, 1 Dança e 1 Natação, a sexta matéria será escolhida entre as seguintes subáreas: Patinagem, Atletismo e Badminton.	No teste de aptidão aeróbia e em dois testes de aptidão muscular.	
O aluno para alcançar o patamar do Suficiente deverá ser: Pontual; respeitador das regras, dos colegas, do professor e dos funcionários, e deverá participar, sempre, de forma ativa nas atividades letivas, cooperando com os colegas e professor.			
9	Nível Introdução em 6 matérias. Sendo obrigatório 1 JDC, 1 Ginástica e, 1 Dança e 1 Natação, as restantes 2 matérias serão escolhidas entre as seguintes subáreas: JDC, Atletismo e Badminton.	Em 3 testes de aptidão muscular (está fora da Zona Saudável no teste de aptidão aeróbia) ou em 2 testes, sendo 1 teste de aptidão aeróbia e 1 teste de aptidão muscular.	O aluno não demonstra saber todos os conteúdos abordados.
8	Nível Introdução em 5 matérias. Não podendo ser avaliado em mais que 2 Jogos Desportivos Coletivos.		
7	Nível Introdução em 4 matérias. Não podendo ser avaliado em mais que 2 Jogos Desportivos Coletivos.		
6	Nível Introdução em 4 matérias.	Em 2 testes do FitEscola.	
5	Nível Introdução em 3 matérias.		
4	Nível Introdução em 2 matérias.		
3	Nível Introdução numa matéria.		

2	Nível Quase Introdução em 1 matéria.	Em 1 teste do FitEscola.	
1	Nível Quase Introdução em 1 matéria.	Não está dentro da ZS de aptidão física em nenhum teste do FitEscola.	

Convenção:

Considera-se que o aluno alcança **Nível INTRODUÇÃO** na **Dança** do 10º ano, quando o aluno realiza em conformidade as 3 Danças: Merengue, Marrabenta/I e RQ/I.
 Considera-se que o aluno alcança **Nível ELEMENTAR** na **Dança** do 10º ano, quando o aluno realiza em conformidade as 3 Danças: Merengue, Marrabenta/E e RQ/E

11º Ano - Perfis de desempenho			
De acordo com o regime de opções do 11º e 12º anos, o aluno opta por duas matérias dos Jogos Desportivos Coletivos, uma entre a Ginástica de Solo, Ginástica de Aparelhos, Ginástica Acrobática e Atletismo e uma entre: Patinagem e Badminton. A Dança e a Natação, por decisão do departamento são obrigatórias.			
Nível de Desempenho	Atividades Físicas	Aptidão Física	Conhecimentos
	De todas as matérias abordadas, o aluno desenvolve as competências essenciais de:	Está dentro da zona saudável de aptidão física para a sua idade e sexo:	
20	Nível Introdução em 1 matéria e de Nível Elementar em 5 matérias.	Em todos os testes, alcançando o Perfil Atlético em pelo menos um dos testes.	O aluno demonstra saber, oralmente ou por escrito, todos os conteúdos abordados.
19	Nível Introdução em 1 matéria, Nível Quase Elementar em 1 matéria e Nível Elementar em 4 matérias.		
18	Nível Introdução em 2 matérias e Nível Elementar em 4 matérias.	Em todos os testes	
O aluno para alcançar o patamar do Muito Bom deverá ser: Assíduo e pontual; respeitador das regras, dos colegas, do professor e dos funcionários; deverá participar, sempre, de forma ativa nas atividades letivas, cooperando com os colegas e professor; deverá ser responsável pelas suas aprendizagens, demonstrando, sempre, iniciativa e autonomia no desenvolvimento das tarefas de aprendizagem e deverá ajudar os colegas com mais dificuldades.			

17	Nível Introdução em 2 matérias e Nível Elementar em 4 matérias.	No teste de aptidão aeróbia , no teste de força abdominal e em mais 3 testes de aptidão muscular.	O aluno demonstra saber, oralmente ou por escrito, todos os conteúdos abordados.
16	Nível Introdução em 2 matérias, Nível Quase Elementar em 1 matéria e Nível Elementar em 3 matérias.		
15	Nível Introdução em 2 matérias, Nível Quase Elementar em 1 matéria e Nível Elementar em 3 matérias.	No teste de aptidão aeróbia , no teste de força abdominal e em mais 2 testes de aptidão muscular.	
14	Nível Introdução em 3 matérias e Nível Elementar em 3 matérias.		
O aluno para alcançar o patamar do Bom deverá ser: Assíduo e pontual; respeitador das regras, dos colegas, do professor e dos funcionários; deverá participar, sempre, de forma ativa nas atividades letivas, cooperando com os colegas e professor; deverá ser responsável pelas suas aprendizagens, demonstrando, muitas vezes, iniciativa e autonomia no desenvolvimento das tarefas de aprendizagem.			
13	Nível Introdução em 3 matérias e Nível Elementar em 3 matérias.	No teste de aptidão aeróbia , no teste de força abdominal e num outro teste de aptidão muscular.	O aluno demonstra saber, oralmente ou por escrito, todos os conteúdos abordados.
12	Nível Introdução em 3 matérias, Nível Quase Elementar em 1 matéria e Nível Elementar em 2 matérias.		
11	Nível Introdução em 4 matérias e Nível Elementar em 2 matérias.		
10	Nível Introdução em 4 matérias, Nível Quase Elementar em 1 matéria e Nível Elementar em 1 matéria.		

O aluno para alcançar o patamar do Suficiente deverá ser: Pontual; respeitador das regras, dos colegas, do professor e dos funcionários, e deverá participar, quase sempre, de forma ativa nas atividades letivas, cooperando com os colegas e professor.

9	Nível Introdução em 6 matérias.	Em 3 testes de aptidão muscular (está fora da Zona Saudável no teste de aptidão aeróbia) ou em 2 testes, sendo 1 teste de aptidão aeróbia e 1 teste de aptidão muscular .	O aluno não demonstra saber todos os conteúdos abordados.
8	Nível Introdução em 5 matérias.		
7	Nível Introdução em 4 matérias.		
6	Nível Introdução em 4 matérias.	Em 2 testes do FitEscola.	
5	Nível Introdução em 3 matérias.		
4	Nível Introdução em 2 matérias.		
3	Nível Introdução numa matéria.		
2	Nível Introdução em 1 matéria.	Em 1 teste do FitEscola.	
1	Nível Introdução em 1 matéria.	Em nenhum teste do FitEscola.	

Convenção:

Considera-se que o aluno alcança **Nível INTRODUÇÃO** na **Dança** do 11º ano, quando o aluno realiza em conformidade as 3 Danças: Merengue, Marrabenta/I e RQ/I.

Considera-se que o aluno alcança **Nível ELEMENTAR** na **Dança** do 11º ano, quando o aluno realiza em conformidade as 4 Danças: Merengue, Marrabenta/E, RQ/E e Chá-chá/E.