

### Ensino Básico

**Área das Atividades Físicas e Desportivas 2º Ciclo - Seleção das 7 melhores matérias**

- 1 Jogos;
- 2 Jogos Desportivos Coletivos;
- 1 Dança (Moderna/Sociais+Tradicionais/Aeróbica);
- 1 Outras (Badminton/Luta/Jogos Tradicionais/Orientação...);
- 1 Ginástica (Solo/Aparelhos/Ginástica Acrobática);
- 1 Atletismo (Saltos/Corridas/Lançamentos...);

- 2 Jogos Desportivos Coletivos;
- 1 Dança (Moderna/Sociais+Tradicionais/Aeróbica);
- 1 Raquetas (Badminton/Ténis de Mesa..)
- 1 Outras (Luta/Jogos Tradicionais/Orientação...);
- 1 Ginástica (Solo/Aparelhos/Ginástica Acrobática);
- 1 Atletismo (Saltos/Corridas/Lançamentos...);

**Área das Atividades Físicas e Desportivas 3º Ciclo - Seleção das 7 melhores matérias**

**Área da Aptidão Física (3 testes – 2 obrigatórios + 1 melhor do aluno)**

- Aptidão Aeróbia (Vaivém/Milha) – **obrigatório**;
- Teste dos Abdominais – **obrigatório**;
- Teste das Flexões de Braços;
- Senta e Alcança; Flexibilidade de Ombros;
- Impulsão vertical; Impulsão horizontal.

Áreas	Níveis	Ensino Básico						2º/3º Ciclo		2º/3º Ciclo
		5.º	6.º	7.º	8.º	9.º				
ATIVIDADES FÍSICAS	1	Não cumpre nenhum dos critérios dos níveis seguintes					APTIDÃO FÍSICA	Não está na ZSAF em 3 testes	CONHECIMENTOS	Não apto na área dos conhecimentos
	2	6 PI + 1 I (4 pts)	5 PI + 2 I (4,5 pts)	4 PI + 3 I (5 pts)	5 I (5 pts)	6 I (6 pts)				Está na ZSAF em 3 testes
	3	5 PI + 2 I (4,5 pts)	4 PI + 3 I (5 pts)	5 I (5 pts)	6 I (6 pts)	7 I (7 pts)				
	4	4 PI + 3 I (5 pts)	3 PI + 4 I (5,5 pts)	6 I (6 pts)	7 I (7 pts)	6 I + 1 E (8 pts)				
	5	3 PI + 4 I (5,5 pts)	2 PI + 5 I (6 pts)	7 I (7 pts)	6 I + 1 E (8 pts)	5 I + 2 E (9 pts)				

ATIVIDADES FÍSICAS	Níveis	10º	11º	12º
	1-4	Não cumpre nenhum dos critérios dos níveis seguintes		
	5-9	5   (5 pts)	6   (6 pts)	6   (6 pts)

10º/11º/12º					
APTIDÃO FÍSICA	Está fora da ZSAF em todos os testes	Está na ZSAF em, pelo menos, 2 testes	CONHECIMENTOS	4 valores ou menos na área dos conhecimentos	7 valores na área dos conhecimentos
	+ 0 valores	+ 0,5 valores		+ 0 valores	+ 0,5 valor
	Está na ZSAF em, pelo menos, 3 testes	Está na ZSAF em, pelo menos, 4 testes		10 valores na área dos conhecimentos	14 valores na área dos conhecimentos
	+ 1 valores	+ 1,5 valores		+ 1 valores	+ 1,5 valores
	Está na ZSAF em, pelo menos, 5 testes			18 valores na área dos conhecimentos	
				+ 2 valores	

ATIVIDADES FÍSICAS	Níveis	10º	11º	12º
	10-13 (a)	5   + 1 E (7 pts)	4   + 2 E (8 pts)	3   + 3 E (9 pts)
	14-17 (a)	4   + 2 E (8 pts)	3   + 3 E (9 pts)	2   + 3 E + 1 A (11 pts)
	18-20 (b)	2   + 4 E (10 pts)	1   + 4 E + 1 A (12 pts)	4 E + 2 A (14 pts)

10º/11º/12º					
APTIDÃO FÍSICA	Está na ZSAF em, pelo menos, 3 testes	Está na ZSAF em, pelo menos, 4 testes	CONHECIMENTOS	10 valores na área dos conhecimentos	14 valores na área dos conhecimentos
	+ 0 valores	+ 0,75 (a) / 0,5 (b) valores		+ 0 valores	+ 0,75 (a) / 0,5 (b) valores
	Está na ZSAF em, pelo menos, 5 testes			18 valores na área dos conhecimentos	
	+ 1,5 (a) / 1 (b) valores			+ 1,5 (a) / 1 (b) valores	

**Área das Atividades Físicas e Desportivas - Seleção das 6 melhores matérias**

- 2 Jogos Desportivos Coletivos;
- 1 Dança (Tradicional/Modernas/Sociais/Aeróbica);
- 1 Ginástica (Solo/Aparelhos/Ginástica Acrobática) ou 1 Atletismo (Velocidade/Salto em Altura/Estafetas...);
- 2 Outras (Orientação/Luta/Jogos Tradicionais/ Patinagem).

**Área da Aptidão Física (2 obrigatórios)**

- Aptidão Aeróbia (Vaivém/Milha) – **obrigatório**;
- Teste dos Abdominais – **obrigatório**;
- Teste das Flexões de Braços;
- Senta e Alcança; Flexibilidade de Ombros;
- Impulsão vertical; Impulsão horizontal.

### **Pontuação:**

Parte Introdutório = 0,5 pontos;

Nível Introdutório = 1 pontos;

Nível Elementar = 2 pontos;

Nível Avançado = 3 pontos;

**Nota:** o Parte Introdutório corresponde ao cumprimento dos critérios apresentados em Protocolo de Avaliação Inicial, apenas aplicável do 5<sup>a</sup> ao 7<sup>a</sup> ano; garantindo no 5<sup>o</sup> e 6<sup>o</sup> ano a possibilidade de introduzir aos alunos matérias com a qual não tiveram contacto até então, sem que estes sejam penalizados por essa lacuna; no 7<sup>a</sup> ano esta opção foi tomada por forma a amenizar a discrepância que possa existir na transição de alunos entre escolas e ciclos de escolaridade.

### **Aplicação no Ensino Básico:**

Para obter a classificação do aluno são analisados as 7 melhores matérias do aluno, de acordo com as categorias apresentadas, e somados os pontos relativos ao nível de especificação atingido em cada uma delas. Para que um aluno obtenha uma classificação positiva, este deve encontrar-se "Apto" na área da aptidão física (estando na zona saudável em pelo menos três testes, sendo o da capacidade aeróbia e o de abdominais obrigatório) e na área dos conhecimentos (com uma classificação igual ou superior a 50%).

### **Aplicação no Ensino Secundário:**

A aplicação dos critérios acima no Ensino Secundário ocorrem em duas fases distintas. Na primeira fase são analisados as 6 melhores matérias do aluno, de acordo com as categorias apresentadas, e somados os pontos relativos ao nível de especificação atingido em cada uma delas. Com esta pontuação o aluno é situado num patamar de classificação (exemplo: 14 a 17 valores). Caso o aluno não se encontre "Apto" na área da aptidão física (estando na zona saudável em pelo menos três testes, sendo o da capacidade aeróbia e o de abdominais obrigatório) e na área dos conhecimentos (com uma classificação igual ou superior a 10 valores), este é remetido para o patamar de 5 a 9 valores, independentemente da pontuação obtida na área das atividades física e desportivas.

Na segunda fase, tomando em atenção a alínea correspondente ao patamar (a ou b) é somado ao valor mais baixo do patamar (exemplo: 14 valores, no caso do patamar 14 a 17 valores) os valores correspondentes à área da aptidão física e conhecimentos; obtendo-se assim a classificação final do aluno.

**A.E.D.F.L. - Critérios de Avaliação EF – Ensino Básico e Secundário 2019-2020**



<b>Atividades Físicas</b>	<b>Aptidão Física</b>	<b>Conhecimentos</b>
6 melhores matérias (de acordo com categorias): <b>Voleibol</b> (Nível Elementar = 2 pontos) e <b>Andebol</b> (Nível Elementar = 2 pontos); <b>Dança Moderna</b> (Nível Introdutório = 1 ponto); <b>Badminton</b> (Nível Introdutório = 1 ponto) e <b>Luta</b> (Nível Elementar=2 pontos); <b>Ginástica de Solo</b> (Nível Avançado = 3 pontos);  Total de pontos = 11 pontos	Na Zona Saudável da Aptidão Física nos testes: Vaivém; Abdominais; Flexões de braços; Impulsão horizontal;  Total = ZSAF em 4 testes	18,6 valores de média final em trabalhos de grupo
Patamar <b>14-17</b> : classificação base <b>14 valores</b>	<b>+0,75 valores</b> à classificação base	<b>+1,5 valores</b> à classificação base
<b>Classificação final: 14 (classificação base patamar) + 0,75 (aptidão física) + 1,5 (conhecimentos) = 16,25 valores = 16 valores (arredondados)</b>		