

Curso: Cursos Profissionais

Disciplina: Educação Física

Anos: 10º / 11º / 12º

Para cada um dos módulos que compõem os cursos profissionais, à exceção dos módulos 5, 10, 15 e 16 que serão analisados separadamente, deverão ser considerados os seguintes parâmetros e pesos de avaliação:

Intervenções e Produção de Trabalhos em Aula	peso 9 (90%)
Testes/ Outros Elementos de Avaliação	peso 1 (10%)

INTERVENÇÕES E PRODUÇÃO DE TRABALHOS EM AULA – PESO 7 (70%)

Dependendo do ano do curso, serão avaliadas as competências específicas da matéria de cada módulo, de acordo com os seguintes níveis do programa:

10º Ano	Classif.	JDC I	GIN I		ATL	DANÇA I Merengue
			Solo (50%)	Minitrampolim (50%)		
	Até 9	PI	PI	PI	PI	PI
	10 – 13	I	I	I	I	I
	14 – 17	I + PE	I + PE	I + PE	I + PE	I + PE
	18 – 20	E	E	E	E	E
11º Ano	Classif.	JDC II	GIN II		RAQ	DANÇA II Rumba Quad.
			Solo (50%)	Trave (50%)		
	Até 9	PI	I	PI	PI	PI
	10 – 13	I	I + PE	I	I	I
	14 – 17	I + PE	E	I + PE	I + PE	I + PE
	18 – 20	E	E + PA	E	E	E
12º Ano	Classif.	JDC III	GIN III Acrobática		ACT. EXP. NATUR. I	DANÇA III
	Até 9	I		PI	PI	I
	10 – 13	I + PE		I	I	I + PE
	14 – 17	E		I + PE	I + PE	E
	18 – 20	E + PA		E	E	E + PA

TESTES E/OU OUTROS INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO – PESO 1 (10%)

Será avaliado o conhecimento teórico dos alunos relativamente às matérias de cada módulo, através de: Testes, Trabalhos, Relatórios e Chamadas Oraís.

ESPECIFICIDADES DOS PARÂMETROS E PESOS DE AVALIAÇÃO DOS MÓDULOS: 13, 14, 15 e 16

Módulos 13, 14 e 15 – Atividades Físicas / Contexto e Saúde

- Neste módulo apenas será considerado um parâmetro de avaliação único: “Intervenções e Produção de Trabalhos em Aula” (100%), estando as atitudes integrados neste parâmetro.
- O parâmetro “Intervenções e Produção de Trabalhos em Aula” corresponde na prática à realização de trabalho(s) de grupo (50%) e respetiva defesa (50%) (teste, apresentação do trabalho etc.)
- Os conteúdos de avaliação deste módulo correspondem aos objetivos definidos nos programas nacionais para o respetivo ano de escolaridade (ver anexo)

Módulo 16 – Aptidão Física

- Este módulo decorre ao longo dos três anos dos cursos profissionais, sendo a classificação final do mesmo lançada apenas no 3º ano do curso, ou seja, no 12º ano.
- Em cada um dos 3 anos (10º, 11º e 12º), determina-se a classificação (de 0 a 20) que o aluno obtém quer nos testes de Aptidão Física quer nas atitudes.

Curso: Cursos Profissionais

Disciplina: Educação Física

Anos: 10º / 11º / 12º

- No 12º ano realiza-se o teste escrito que vale 10% da nota final. (As matérias para este teste incidirão exclusivamente sobre o protocolo de aplicação dos testes)

Classif. final do módulo 16 { 90% Classif. Testes aptidão física: 10º ano (25%) + 11º ano (25%) + 12º ano (50%)
10% Classif. Teste escrito (12º ano)

Testes	Aptidão Aeróbia	Força Superior	Força Média	Flexibilidade
	Vaivém ou Milha a correr Marcha <i>a)</i>	Extensões de braços	Flexões do tronco ou Prancha	Flexibilidade dos membros inferiores ou de Ombros
Avaliação	Não Saudável / Saudável / Perfil Atlético			Negativa / Positiva

a) Para alunos com IMC ≥ 30, asma ou outras situações comprovadas por Atestado Médico.

Classificação decorrente da aplicação dos Testes de Aptidão Física

Classificação	Condições de sucesso		
0 – 4	Nenhum teste na Zona Saudável		
4 – 6	1 Teste na Zona Saudável		
7 – 9	2 ou 3 Testes na Zona Saudável (sem o da Aptidão Aeróbia)		
10 – 12	10	1 Teste	Aptidão Aeróbia na Zona Saudável
	11 – 12	2 Testes	Aptidão Aeróbia na Zona Saudável + 1 Teste na Zona Saudável
13 – 15	13	3 Testes	Aptidão Aeróbia na Zona Saudável + 2 Testes na Zona Saudável
	14 – 15	4 Testes	na Zona Saudável
16 – 18	16	4 Testes	1 Teste na Zona de Perfil Atlético + 3 Testes na Zona Saudável
	17 – 18	4 Testes	Teste Aptidão Aeróbia na Zona de Perfil Atlético + 3 Testes na Zona Saudável
19 – 20	19	4 Testes	2 Testes na Zona de Perfil Atlético (incluindo o de Aptidão Aeróbia) + 2 Testes na Zona Saudável
	20	4 Testes	3 Testes na Zona de Perfil Atlético (incluindo o de Aptidão Aeróbia) + 1 Teste na Zona Saudável