



Colégio de Santa Maria
2.º e 3.º Ciclos

DESCRITORES

Educação Física

2.º e 3.º Ciclos

Atividades Físicas e Desportivas (AFD)

Categoria de “Jogos”: FUTEBOL

Nível Introdução (I)	Nível Elementar (E)
Em situação de exercício (com superioridade numérica dos atacantes – 3x1) e em situação de jogo de futebol 4x4 (num espaço amplo), com guarda-redes: • Coopera com os companheiros, promovendo o êxito pessoal e do grupo; • Aceita as decisões da arbitragem, respeitando companheiros colegas; • Domina das principais regras; • Decide bem quando passar ou progredir; • Reconhece-se como defesa; • Se não for pressionado, com uma receção enquadrada e passe a colega desmarcado; • Quando em situação, remata; • Procura de espaço vazio à distância de passe (desmarcação) aclarando o jogo; • Muda de atitude rápida, ofensiva para defensiva e vice-versa; • Enquanto guarda-redes enquadra-se de forma a impedir o golo.	(Incluindo os Critérios do Nível Introdução) Em situação de jogo de futebol 4x4 (num espaço amplo), com guarda-redes: • Enquadra-se ofensivamente quando pressionado, mantenho a posse de bola; • Desmarca-se com intencionalidade; • Recebe a bola com enquadramento ofensivo: passa (se colega desmarcado perto da baliza), remata (se próximo da baliza), progride para rematar, passar ou fintar; • Usa a finta ou mudança para se desmarcar; • Finaliza, sempre que tem a baliza ao seu alcance e está próximo desta; • Marca o seu opositor direto; • Pressiona o jogador com bola, realizando uma correta contenção; • Como guarda-redes, enquadra-se com a bola para impedir o golo. Ao recuperar a bola, passa a um jogador desmarcado.

Categoria de "Jogos": VOLEIBOL

Nível Introdução (I)	Nível Elementar (E)
Em situação de jogo 2+2: - Coopera com os companheiros, promovendo o êxito pessoal e do grupo; - Aceita as decisões da arbitragem, respeitando companheiros colegas; - Domina as principais regras; - Coloca-se no ponto de queda da bola, com deslocamento; - Realiza passe (toque dedos ou manchete) para dar continuidade ao jogo; - Serve por baixo direcionando a bola para o colega.	(Incluindo os Critérios do Nível Introdução) Em situação de jogo 3x3 ou 4x4: - Serve por baixo ou por cima, colocando a bola numa zona difícil de receção; - Recebe o serviço em manchete ou toque de dedos posicionando-se correta e oportunamente; - Realiza passe para um colega em condições de este dar continuidade às ações ofensivas (1º toque); - Finaliza em passe colocado ou remate (3º toque); - Defende favorecendo a continuidade das ações da sua equipa.

Categoria de "Jogos": BASQUETEBOL

Nível Introdução (I)	Nível Elementar (E)
Em situação de jogo 3x3: • Cooperar com os companheiros, promovendo o êxito pessoal e do grupo; • Aceitar as decisões da arbitragem, respeitando companheiros e colegas; • Dominar as principais regras; • Realizar enquadramento ofensivo após a receção da bola; • Optar pela melhor ação ofensiva: passe, drible ou lançamento; • Lançar parado e na passada conforme situação lançar; • Realizar oportunamente a desmarcação ofensiva (ocupando racionalmente o espaço); • Realizar defesa individual; • Participar no ressalto sempre que há lançamento.	(Incluindo os Critérios do Nível Introdução) Em situação 3x3 ou 5x5: • Após receção, enquadra-se com o cesto em posição de tripla ameaça; • Realiza passe e corte em direção ao cesto; • Desmarca-se em trabalho de receção; • Finaliza se está próximo do cesto de acordo com a defesa; • Participa no ressalto ofensivo e defensivo de uma forma ativa; • Coloca-se enquanto defesa entre a bola e o cesto, com objetivo de dificultar o passe, drible ou lançamento do adversário; • Aclara ao drible.

Categoria de "Jogos": ANDEBOL

Nível Introdução (I)	Nível Elementar (E)
Em situação de jogo 4x4 ou 5x5: • Cooperar com os companheiros, promovendo o êxito pessoal e do grupo; • Aceitar as decisões da arbitragem, respeitando companheiros e colegas; • Dominar as principais regras; • Optar pela ação ofensiva mais correta: passe, drible e remate; • Realizar uma boa pega de bola, passar e rematar com armação do braço; • Finalizar com remate em salto perante condições favoráveis; • Realizar oportuna desmarcação ofensiva, ocupando racionalmente o espaço; • Realizar defesa individual, colocando-se entre a bola e a baliza na defesa do jogador com bola; • Tentar interceptar a bola do adversário; • Como guarda-redes, enquadrar-se com a bola, procurando impedir o golo e iniciar o contra-ataque passando a um jogador desmarcado.	(Incluindo os Critérios do Nível Introdução) Em situação de jogo 5x5: • Após recuperação da bola pela sua equipa, iniciar de imediato o contra-ataque, com desmarcação ou drible; • Jogar em profundidade e largura, garantindo a compensação ofensiva, trapézio ofensivo; • Ultrapassar adversário direto por exploração horizontal e vertical; • Colaborar na circulação da bola, se não conseguir vantagem numérica; • Como defesa, realizar marcação individual, de vigilância e controlo. • Enquadrar-se como guarda-redes, iniciando o contra-ataque de imediato.

Categoria de “Jogos”: RÂGUEBI

Nível Introdução (I)

Em situação de jogo 3x3 ou 4x4:

- Coopera com os companheiros, promovendo o êxito pessoal e do grupo;
- Aceita as decisões da arbitragem, respeitando companheiros e colegas;
- Domina as principais regras;
- Opta pela melhor ação ofensiva: passe, técnicas de evasão 1x1, avança no terreno, quando dispõe de espaço sem oposição, libertar a bola, controladamente quando é placado/tocado;
- Procura manter a posse da bola e virar-se para o seu terreno, se não dispõe de espaço;
- Realiza oportunamente o apoio ao portador pelo lado melhor;
- Aproxima-se do portador da bola, quando este é agarrado ou placado/tocado;
- Recoloca-se constantemente em jogo, quando em fora de jogo ou à frente da bola;
- Pressiona o jogador com bola, placa-o/toca-o ou agarra-o;
- Coloca-se próximo da linha da bola, em condições de pressionar os adversários em apoio.

Categoria de "Jogos": CORFEBOL

Nível Introdução (I)	Nível Elementar (E)
Em situação de jogo monocorfebol 2x2 ou 4x4: • Cooperar com os companheiros, promovendo o êxito pessoal e do grupo; • Aceitar as decisões da arbitragem, respeitando companheiros e colegas; • Dominar as principais regras; • Enquadrar-se por forma a poder ver o cesto; • Lançar parado ou na passada, se está com o cesto ao seu alcance; • Passar correta e oportunamente; • Desmarcar-se criando linhas de passe ofensivas; • Participar no ressalto; • Quando perde a posse da bola, assumir uma atitude defensiva, colocando-se entre o cesto e o seu opositor direto.	(Incluindo os Critérios do Nível Introdução) Em situação de jogo 4x4: • Passar e cortar para o cesto, perante uma maior pressão do adversário direto, para finalizar; • Cortar na direção do cesto (corte à sobremarcação), perante uma maior pressão do adversário, para finalizar. • Ajustar a sua distância ao opositor direto, aproximando-se quando este entra em posse de bola, e afastando-se quando ele executa um passe ou lançamento. • Quando o seu opositor direto não tem bola, procura manter contato visual simultâneo deste e da bola. • Após lançamento, participar no ressalto bloqueando o adversário.

Categoria de “Jogos”: JOGOS PRÉ-DESPORTIVOS (2.º Ciclo)

Nível Introdução (I)

Nos jogos coletivos com bola, tais como: Bola ao Poste, Bola ao Capitão, Bola no Fundo, Mata, age em conformidade com a situação:

- Coopera com os companheiros, promovendo o êxito pessoal e do grupo;
- Aceita as decisões da arbitragem, respeitando companheiros e colegas;
- Domina as principais regras;
- Recebe a bola com as duas mãos, enquadra-se ofensivamente e passa a um companheiro desmarcado utilizando, se necessário, fintas de passe e rotações sobre um pé;
- Desmarca-se para receber a bola;
- Finta para ultrapassar um adversário direto ou para abrir «linha de passe», para rematar ou passar;
- Marca o adversário escolhido quando a sua equipa perde a bola, procurando dificultar o adversário.

No jogo das raquetas com uma bola tipo ténis:

- Coopera com o companheiro para realizar o máximo de toques;
- Serve por baixo após um ressalto da bola no chão;
- Devolve a bola ao companheiro, após ressalto desta no chão.

Categoria de "Ginástica": SOLO

Nível Introdução (I)	Nível Elementar (E)
Coopera nas ajudas e correções, garantindo condições de segurança pessoal e dos companheiros, e colabora na preparação, arrumação e preservação do material; Realiza em sequência as seguintes habilidades: • Subida para pino, recuando as mãos e subindo gradualmente, terminando em cambalhota à frente; • Cambalhota à frente; • Cambalhota à retaguarda com as pernas afastadas e em extensão; • Posições de flexibilidade (ponte, folha, mata-borrão); • Cambalhota à retaguarda; • Passagem por pino partindo da posição de deitado ventral no plinto, seguido de cambalhota à frente; • Pino com ajuda. Realiza de forma isolada as seguintes habilidades: • Roda na cabeça do plinto; • Cambalhota à frente de pernas afastadas e em extensão num plano inclinado podendo terminar sentado.	Realiza e aprecia uma sequência de habilidades no solo que combine: • Cambalhota à frente saltada; • Cambalhota à retaguarda com as pernas unidas e estendidas; • Pino de braços seguido de cambalhota à frente; • Roda; • Posições de flexibilidade (ponte, espargata, rã) • Saltos, voltas e afundos em várias direções, utilizados como elementos de ligação, contribuindo para a fluidez e harmonia da sequência; • Avião; • Cambalhota à frente de pernas estendidas, juntas ou afastadas. Realiza de forma isolada a seguinte habilidade: • Rodada.

Categoria de "Ginástica": APARELHOS

Nível Introdução (I)	Nível Elementar (E)
- Coopera nas ajudas e correções, garantindo condições de segurança pessoal e dos companheiros, e colabora na preparação, arrumação e preservação do material; - Realiza, após corrida de balanço, chamada a pés juntos no trampolim (<i>reuther</i>) e chegada ao solo, os seguintes saltos: ✓ Salto ao eixo no boque; ✓ Salto entre-mãos no boque/plinto transversal (podendo ser com ajuda); ✓ Cambalhota à frente em plinto longitudinal; - Realiza, no minitrampolim, com chamada e receção equilibrada no solo: ✓ Salto em extensão; ✓ Salto engrupado; - Realiza, na trave (banco sueco): ✓ Marcha à frente e atrás; ✓ Marcha à frente e atrás na ponta dos pés; ✓ Meia-volta (nas pontas dos pés); ✓ Salto de pés juntos.	- Realiza, após corrida de balanço, chamada a pés juntos no trampolim (<i>reuther</i>) e chegada ao solo, os seguintes saltos: ✓ Salto ao eixo no plinto transversal; ✓ Salto ao eixo no plinto longitudinal; ✓ Salto entre-mãos no plinto transversal; - Realiza, no minitrampolim, com chamada e receção equilibrada no solo: ✓ Pirueta vertical; ✓ Carpa de pernas afastadas; ✓ Após 2/3 saltos de impulsão os seguintes saltos: extensão, engrupado, pirueta e carpa com saída dorsal; ✓ $\frac{3}{4}$ mortal (para um plano superior); - Realiza em sequência na trave (banco sueco): ✓ Entrada a um pé; ✓ Marcha à frente e atrás; ✓ Meia-volta com balanço de perna; ✓ Salto de pés juntos; ✓ Avião; ✓ Saída em salto com meia pirueta.

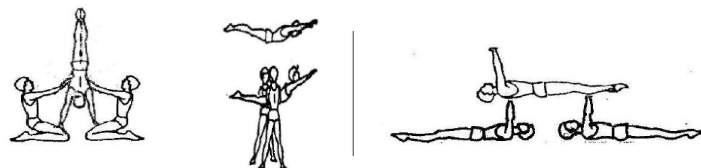
Categoria de "Ginástica": ACROBÁTICA

Nível Introdução (I)

- Coopera nas ajudas e correções, garantindo condições de segurança pessoal e dos companheiros;
- Compreende e desempenha corretamente funções **quer como base e/ou volante**;
- Conhece e efetua com correção as pegas, os montes e desmontes;
- Combina numa **coreografia a pares (com elementos de ligação variados e música)** as seguintes figuras:



- Em **situação de exercício de trios** realiza as seguintes figuras:



Nível Elementar (E)

- Combina numa **coreografia a par (com elementos de ligação variados e música)** as seguintes figuras:



- Em **situação de exercício de trios** realiza as seguintes figuras:



Categoria de "Atletismo": SALTO EM COMPRIMENTO	
Nível Introdução (I)	Nível Elementar (E)
Salto em comprimento com técnica de voo na passada com corrida de balanço, chamada, voo e receção. Realiza com correção os parâmetros globais de execução do salto em comprimento com a técnica de voo na passada.	
• Aumenta a cadência nas últimas passadas; • Tem o pé de chamada definido; • Puxa a perna de impulsão para junto da perna livre; • Cai com os dois pés juntos.	(Incluindo os Critérios do Nível Introdução) • Puxa os braços paralelos para a frente e para baixo, com flexão do tronco à frente na fase de receção.

Categoria de “Atletismo”: SALTO EM ALTURA	
Nível Introdução (I)	Nível Elementar (E)
• Realiza com correção o salto em altura com a técnica de “tesoura”; • Encadeia a corrida com a chamada; • Tem o pé de chamada definido (é o de fora); • Define uma fase de voo, transpondo a fasquia; • Faz a receção equilibrada.	(Incluindo os Critérios do Nível Introdução) • Realiza com correção o salto em altura com a técnica de “Fosbury Flop”; • Encadeia a corrida com a chamada; • Tem o pé de chamada definido (é o de fora); • Define uma fase de voo, transpondo a fasquia com o corpo ligeiramente “arqueado”; • Realiza a receção de costas no colchão.

Categoria de "Atletismo": CORRIDA DE BARREIRAS

Nível Introdução (I)	Nível Elementar (E)
• Realiza com correção os parâmetros globais da corrida de obstáculos; • Encadeia a corrida com a passagem dos obstáculos a distâncias variadas.	(Incluindo os Critérios do Nível Introdução) • Ataca a barreira, com elevação do joelho e extensão da perna de ataque; • Passagem com trajetória rasante; • Mantém o equilíbrio nas receções, sem desaceleração nítida.

Categoria de "Atletismo": CORRIDA DE ESTAFETAS	
Nível Introdução (I)	Nível Elementar (E)
Realiza com correção os parâmetros globais da execução da corrida de estafetas.	
Passa e recebe com segurança e em movimento na zona de transmissão (podendo ser com controlo visual).	Passa e recebe com segurança e em movimento na zona de transmissão após o sinal sonoro e sem acentuada desaceleração.

Categoria de “Dança”: DANÇAS TRADICIONAIS	
Nível Introdução (I)	Nível Elementar (E)
- O aluno, coopera com os companheiros, conhece a origem cultural e histórica das Danças Tradicionais selecionadas e identifica as suas características bem como as zonas geográficas a que pertencem; - Dança o Regadinho ou a Erva Cidreira (passo de passeio, passo saltado, passo saltitado cruzado), respeitando as diferentes posturas e posições assumidas em cada dança e executando os passos em sincronia com a música.	(Incluindo os Critérios do Nível Introdução) Dança o Malhão Minhoto e o Tacão e Bico (passo gingão lateral, passo serrado, passo de malhão e passo tacão e bico), respeitando as diferentes posturas e posições assumidas em cada dança e executando os passos em sincronia com a música.

Categoria de “Dança”: DANÇAS SOCIAIS

Nível Introdução (I)	Nível Elementar (E)
• Entra na dança no tempo certo da música e com o apoio correto; • Realiza a dança no tempo da música; • Mantém o alinhamento espacial exigido pela dança; • Observam-se os princípios básicos de condução e pegas; • Realiza em <i>line dance</i> os passos exigidos correspondentes à Rumba Quadrada: (1) passo básico em posição fechada; (2) passo progressivo em posição fechada; (3) volta e contravolta em posição aberta ou ao Merengue: (1) passo básico; (2) passo progressivo; (3) passos laterais; (4) passo cruzado; (5) mambo; (6) voltas.	(Incluindo os Critérios do Nível Introdução) • Realiza a pares os passos exigidos correspondentes ao Chá-chá-chá: (1) passo básico em posição fechada; (2) passo progressivo em posição fechada; (3) volta em posição aberta; (4) promenades ou ao Rumba Quadrada: (1) passo básico em posição fechada; (2) passo progressivo em posição fechada; (3) volta e contravolta em posição aberta; (4) volta circular.

Categoria de "Diversos": BADMINTON

Nível Introdução (I)	Nível Elementar (E)
Em situação de jogo 1+1: • Cooperar com os companheiros, promovendo o êxito pessoal e do grupo; • Dominar o objetivo de jogo e principais regras. • Diferenciar os tipos de pega na raquete de acordo com a trajetória do volante; • Manter a posição base com prontidão desportiva, garantindo as condições favoráveis à execução de um novo batimento; • Desloca-se com oportunidade, antecipando-se à queda do volante; • Diferenciar os tipos de batimentos, de direita e de esquerda de cima e baixo, utilizando-os de acordo com a trajetória do volante; • Cooperar com o colega, mantendo o volante no ar o maior tempo possível. • Em situação de exercício, executar o serviço, colocando corretamente os apoios e dando continuidade ao movimento do braço após o batimento.	(Incluindo os Critérios do Nível Introdução) Em situação de jogo 1x1: • Serve curto e comprido, dando continuidade ao movimento do braço após o batimento; • Reposiciona-se oportunamente; • Seleciona e realiza corretamente estes tipos de batimento: ✓ Clear: bate o volante num movimento contínuo, por cima da cabeça com rotação do tronco; ✓ Lob: bate o volante num movimento contínuo, avançando a perna do lado da raqueta; ✓ Remate: bate o volante acima da cabeça e à frente do corpo com rotação do tronco.

Categoria de "Diversos": PATINAGEM

Nível Introdução (I)	Nível Elementar (E)
O aluno, em patins, cumprindo as regras de segurança própria e dos companheiros, realiza com coordenação global e fluidez de movimentos, percursos, jogos e estafetas as seguintes habilidades: • Arranca para a frente, para a esquerda e para a direita; • Desliza para a frente sobre um apoio, fletindo a perna livre; • Desliza para trás com os patins paralelos, após impulso inicial; • Desliza de "cócoras", mantendo os patins paralelos e os braços à frente; • Desliza para a frente e também para trás, afastando e juntando os pés "oitos" • Curva com os pés paralelos, à esquerda e à direita; • Meia-volta ou volta, em deslocamento para a frente ou para trás; • Trava em T.	(Incluindo os Critérios do Nível Introdução) O aluno, em patins, cumprindo as regras de segurança própria e dos companheiros, realiza com coordenação global e fluidez de movimentos, percursos ou esquema com as seguintes habilidades: • Desliza para a frente sobre um patim, fletindo a perna portadora, com a perna livre em extensão; • Desliza para trás cruzando uma das pernas à retaguarda; • Trava em deslize para trás, apoiando o travão no solo; • Desliza sobre os dois patins (à esquerda e também à direita) com os calcanhares virados um para o outro e pontas dos pés para fora ("águia"); • Inverte o sentido do deslize, a partir da posição de "águia"; • Salta a pés juntos sobre uma linha.

Categoria de “Diversos”: ORIENTAÇÃO

Nível Introdução (I)	Nível Elementar (E)
O aluno, coopera com os companheiros, de forma a contribuir para o êxito na realização de percursos de orientação, respeitando as regras estabelecidas de participação, de segurança e de preservação do equilíbrio ecológico - Realiza um percurso de orientação simples, a par, num espaço apropriado, segundo um mapa simples (croqui ou planta), preenchendo corretamente o cartão de controlo e doseando o esforço para resistir à fadiga; - Identifica no percurso a simbologia básica inscrita na carta; - Orienta o mapa corretamente; - Identifica, de acordo com pontos de referência, a sua localização no espaço envolvente e no mapa; - Identifica, após orientação do mapa, a melhor opção de percurso; - Realiza um percurso na escola, em equipa, com o cartão de controlo preenchido corretamente.	(Incluindo os Critérios do Nível Introdução) O aluno realiza um percurso de orientação simples ou a pares, com ajuda da uma bússola - Calcula distâncias de acordo com a escala inscrita no mapa; - Em percurso de opção múltipla, seleciona o trajeto, considerando os custos em tempo e esforço, para atingir o ponto de controlo, passando pelos pontos intermédios, determinados na sua opção.

Categoria de “Diversos”: LUTA	
Nível Introdução (I)	Nível Elementar (E)
Em todas as situações de luta, cumpre as regras da disciplina em combate estabelecidas, respeitando sempre a integridade física do parceiro, mesmo à custa da sua própria vantagem. Conhece o objetivo da luta (assentamento de espáduas). Em situação de exercício de luta no solo: • Dupla prisão de pernas com rotação; • Prisão do braço por dentro com rotação pela frente; • Dupla prisão de braços. Em situação de exercício de luta em pé: • Barreira exterior com a perna; • Projeção anterior a partir da dupla prisão de pernas; • Braço rolado.	(Incluindo os Critérios do Nível Introdução) Em situação de exercício de luta no solo: • Cintura às avessas. Em situação de exercício de luta em pé: • Controlo da perna por dentro; • Desequilíbrio à retaguarda a partir do controlo da perna por dentro.

Categoria de “Diversos”: JOGOS TRADICIONAIS

- Conhece o contexto sócio-histórico da prática de jogos tradicionais característicos da região, selecionados pelo professor ou apresentados por grupos da turma;
- Cooperar com os companheiros na prática de jogos tradicionais regionais, selecionados pelo professor ou apresentados por grupos da turma, de acordo com as regras específicas e padrões técnicos característicos.



Colégio de Santa Maria
2.º e 3.º Ciclos

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO

Educação Física

2.º e 3.º Ciclos

1. DOMÍNIOS DE AVALIAÇÃO E RELAÇÃO COM PACSM

Domínio	PACSM
Atividades Físicas e Desportivas (AFD)	RRP2; PCPC3; PCPC4; RI; DPA; BSA1; CDC
Aptidão Física (AF)	BSA1; CDC
Conhecimentos (C)	LT1; IC1; IC2; IC4; BSA1; SEA3

2. AVALIAÇÃO POR NÍVEIS DE DOMÍNIO *INTRODUÇÃO (I); ELEMENTAR (E); AVANÇADO (A)*

É avaliado o desempenho motor do aluno na globalidade das AFD adotadas em cada ano de escolaridade, considerando ainda a sua progressão na aprendizagem.

O método de avaliação das AFD tem por objetivo aproveitar e destacar as modalidades onde os alunos apresentam um melhor nível de desempenho dos objetivos.

A seleção das matérias pretende garantir o ecletismo da disciplina e da avaliação nas seguintes categorias:

Categorias (5)	Matérias "AFD"
Categoria "Jogos + JDC":	(7) Jogos pré-desportivos; Futebol; Voleibol, Basquetebol, Andebol; Corfebol; Rugby.
Categoria "Ginástica":	(3) Ginástica de solo; Ginástica de aparelhos; Ginástica acrobática.
Categoria "Atletismo":	(4) Salto em comprimento; Salto em altura; Corrida de estafetas; Corrida de barreiras.
Categoria "Dança":	(2) Dança tradicionais; Danças sociais.
Categoria "Diversos":	(6) Escalada; Patinagem; Orientação; Badminton, Luta.



Colégio de Santa Maria 2.º e 3.º Ciclos

De acordo com o método definido, a avaliação dos alunos encontra-se determinada pelos níveis alcançados em cada uma das matérias integrantes das diferentes categorias, condicionada, contudo pelos restantes domínios (AF e C), numa lógica de apto/não apto e adquirido/não adquirido, como requisito para a atribuição das classificações.

No domínio da AF a diferenciação da avaliação já está preconizada nas Aprendizagens Essenciais (AE), através da bateria de testes do “*FITESCOLA*”(conjunto de testes explicados no quadro seguinte), uma vez que a exigência nesta área é definida tendo em conta a idade e sexo de cada aluno.

No domínio dos conhecimentos o aluno poderá ser avaliado através de testes escritos, trabalhos ou perguntas orais.

Colégio de Santa Maria
2.º e 3.º Ciclos
CRITÉRIOS DE CLASSIFICAÇÃO

	2º Ciclo				
	5º Ano	6º Ano	Aptidão Física		Conhecimentos
	Matérias	Matérias			
Nível 1* Nível 2	Abaixo do previsto para o nível 3				
Nível 3	3 Níveis Introdução (3cat)	3 Níveis Introdução (3cat, 1 JDC ou GIN)	5º Ano (3) 1 RES#	6º Ano (3) 1 RES# 1 FOR 1 FLEX	Adquirido
Nível 4	4 Níveis Introdução (3cat, 1 JDC** e GIN)	4 Níveis Introdução (4cat, 1 JDC e GIN, 1ATL)	(4) 1 RES# 1 ou 2 FOR 1 ou 2 FLEX		Adquirido
Nível 5	4 Níveis Introdução (4cat, 1JDC, 1GIN, 1ATL)	5 Níveis Introdução (5cat) Ou 3 Níveis Introdução e 1 Elementar (4cat, 1JDC, 1GIN, 1ATL)	(5) 1 RES# 2 ou 3 FOR 1 ou 2 FLEX		Adquirido

* Com total desinteresse pela disciplina (recusa em participar, falta de interesse; não cumprimento das regras)

** Para efeitos de classificação incluímos a matéria dos jogos pré-desportivos;

(#) Na resistência, pondera-se, em alternativa ao vai-vem a possibilidade de realizar o "teste da milha";
Cat - categorias; JDC - Jogos desportivos coletivos; GIN - Ginástica; ATL – Atletismo; RES – Resistência (vai-vem); FOR – Força (Extensões de braços; impulsão horizontal e abdominais; FLEX – Flexibilidade (Senta-e-alcança; ombros); ZSAF – Zona saudável de aptidão física.

CRITÉRIO DE CLASSIFICAÇÃO

	3º Ciclo				
	7º Ano	8º Ano	9º Ano	Aptidão Física	Conhecimentos
	Matérias	Matérias	Matérias		
Nível 1* Nível 2	Abaixo do previsto para o nível 2				
Nível 3	3 Níveis Introdução (3cat, 1JDC, 1GIN)	4 Níveis Introdução (3cat, 1JDC, 1GIN)	4 Níveis Introdução (3cat, 1JDC, 1GIN, 1ATL)	(3) 1 RES# 1 FOR 1 FLEX	Adquirido
Nível 4	4 Níveis Introdução (3cat, 1JDC, 1GIN) Ou 3 Níveis Introdução e 1 Elementar (3cat, 1JDC, 1GIN)	4 Níveis Introdução (3cat, 1JDC, 1GIN, 1ATL) Ou 3 Níveis Introdução e 1 Elementar (3cat, 1JDC, 1GIN)	4 Níveis Introdução e 1 Elementar (4cat, 1JDC, 1GIN, 1ATL)	(4) 1 RES# 1 ou 2 FOR 1 ou 2 FLEX	Adquirido
Nível 5	5 Níveis Introdução (5cat) Ou 4 Níveis Introdução e 1 Elementar (4cat, 1JDC, 1GIN)	5 Níveis Introdução (5cat) Ou 4 Níveis Introdução e 1 Elementar (4cat, 1JDC, 1GIN, 1ATL)	5 Níveis Introdução e 1 Elementar (5cat) Ou 3 Níveis Introdução e 2 Elementar (4cat, 1JDC, 1GIN, 1ATL)	(5) 1 RES# 2 ou 3 FOR 1 ou 2 FLEX	Adquirido

* Com total desinteresse pela disciplina (recusa em participar, falta de interesse; não cumprimento das regras);
(#) Na resistência, pondera-se, em alternativa ao vai-ven a possibilitada de realizar o "teste da milha";

Cat - categorias; JDC - Jogos desportivos coletivos; GIN - Ginástica; ATL – Atletismo; RES – Resistência (vai-ven); FOR – Força (Extensões de braços; impulsão horizontal e abdominais; FLEX – Flexibilidade (Senta-e-alcança; ombros); ZSAF – Zona saudável de aptidão física.



Colégio de Santa Maria
2.º e 3.º Ciclos

3. ATESTADO MÉDICO

A avaliação e classificação de um aluno que apresente atestado médico prolongado será apenas resultado do sucesso no domínio dos conhecimentos.