

CRITÉRIOS ESPECÍFICOS DE AVALIAÇÃO-ENSINO SECUNDÁRIO  
EDUCAÇÃO FÍSICA

APRENDIZAGENS ESSENCIAIS

ÁREAS	APRENDIZAGENS ESSENCIAIS	APRENDIZAGENS ESSENCIAIS	APRENDIZAGENS ESSENCIAIS	PONDERAÇÃO	Áreas privilegiadas do Perfil do Aluno
	10.º ANO	11.º ANO	12.º ANO		
<b>ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS (1+2)</b>	<p>O aluno desenvolve as competências essenciais para o <b>10.º ano</b> de escolaridade de <b>nível INTRODUÇÃO em 5 matérias</b> e de <b>nível ELEMENTAR numa matéria</b>, de diferentes subáreas e de acordo com as seguintes condições de possibilidade.</p> <p>São consideradas para avaliação <b>2 matérias da Subárea Jogos Desportivos Coletivos</b> (Basquetebol, Futebol, Andebol, Voleibol), <b>1 matéria da subárea Ginástica</b> (Solo ou Aparelhos ou Acrobática – à escolha do aluno), <b>1 matéria da subárea ARE</b> e <b>2 matérias das subáreas Atletismo, Raquetas</b> (Badminton) e <b>Outras</b> (Jogos Tradicionais, Luta e Orientação).</p>	<p>O aluno desenvolve as competências essenciais para o <b>11.º ano</b> de escolaridade de <b>nível INTRODUÇÃO em 4 matérias</b> e de <b>nível ELEMENTAR em 2 matérias</b>, de diferentes subáreas e de acordo com as seguintes condições de possibilidade.</p> <p>São consideradas para avaliação <b>2 matéria da Subárea Jogos Desportivos Coletivos</b> (Basquetebol, Futebol, Andebol, Voleibol), <b>1 matéria das subáreas Ginástica</b> (Solo ou Aparelhos ou Acrobática – à escolha do aluno), <b>ou Atletismo</b>, <b>1 matéria da subárea ARE</b> e <b>2 matérias das subáreas Raquetas</b> (Badminton) e <b>Outras</b> (Jogos Tradicionais, Judo/Luta e Orientação).</p>	<p>O aluno desenvolve as competências essenciais para o <b>12.º ano</b> de escolaridade de <b>nível INTRODUÇÃO em 3 matérias</b> e de <b>nível ELEMENTAR em 3 matérias</b>, de diferentes subáreas e de acordo com as seguintes condições de possibilidade.</p> <p>São consideradas para avaliação <b>2 matéria da Subárea Jogos Desportivos Coletivos</b> (Basquetebol, Futebol, Andebol, Voleibol), <b>1 matéria das subáreas Ginástica</b> (Solo ou Aparelhos ou Acrobática – à escolha do aluno), <b>ou Atletismo</b>, <b>1 matéria da subárea ARE</b> e <b>2 matérias das subáreas Raquetas</b> (Badminton) e <b>Outras</b> (Jogos Tradicionais, Judo/Luta e Orientação).</p>	60%	B C D E F G H I J
	<p>- Motivação, interesse e empenho; Responsabilidade; Autonomia; Autocontrolo e atenção; Cooperação e solidariedade; Participação; Espírito crítico. (2)</p>			10%	
	<p><a href="https://dge.mec.pt/sites/default/files/Curriculo/Projeto_Autonomia_e_Flexibilidade/aprendizagens_essenciais_em_educacao_fisica_anexos.pdf">https://dge.mec.pt/sites/default/files/Curriculo/Projeto_Autonomia_e_Flexibilidade/aprendizagens_essenciais_em_educacao_fisica_anexos.pdf</a></p>				

<b>ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA (3)</b>	O aluno deve ficar capaz de: Desenvolver capacidades motoras evidenciando aptidão muscular abdominal, aptidão aeróbia e mais uma das avaliadas, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa <i>FITescola</i> , para a sua idade e sexo.			<b>20%</b>	<b>F G I J</b>
<a href="http://fitescola.dge.mec.pt/">http://fitescola.dge.mec.pt/</a>					
<b>ÁREA DOS CONHECIMENTOS (4)</b>	<p>O aluno deve ficar capaz de:</p> <p>Relacionar a Aptidão Física e Saúde, identificando os fatores associados a um estilo de vida saudável.</p> <p>Interpretar a dimensão sociocultural dos desportos e da atividade física na atualidade e ao longo dos tempos, identificando fenómenos associados a limitações e possibilidades de prática dos desportos e das atividades físicas.</p> <p>Realizar a prestação de socorro a uma vítima de paragem cardiorrespiratória, no contexto das atividades físicas ou outro e interpretá-la como uma ação essencial, reveladora de responsabilidade individual e coletiva.</p>	<p>O aluno deve ficar capaz de:</p> <p>Conhecer os métodos e meios de treino mais adequados ao desenvolvimento ou manutenção das diversas capacidades motoras.</p> <p>Conhecer e interpretar os fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas utilizando esse conhecimento de modo a garantir a realização de atividade física em segurança.</p>	<p>O aluno deve ficar capaz de:</p> <p>Conhecer e utilizar os métodos e meios de treino mais adequados ao desenvolvimento ou manutenção das diversas capacidades motoras, de acordo com a sua aptidão atual e o estilo de vida, cuidando o doseamento da intensidade e duração do esforço, respeitando em todas as situações os princípios básicos do treino.</p> <p>Analisar criticamente aspetos gerais da ética na participação nas Atividades Físicas Desportivas, relacionando os interesses sociais, económicos, políticos e outros com algumas das suas “perversões”, nomeadamente:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Especialização precoce e exclusão ou abandono precoces;</li> <li>- Violência (dos espectadores e dos atletas) vs. espírito desportivo;</li> <li>-Corrupção vs. verdade desportiva</li> </ul>	<b>10%</b>	<b>A B C D G I</b>
<a href="https://dge.mec.pt/sites/default/files/Curriculo/Projeto_Autonomia_e_Flexibilidade/aprendizagens_essenciais_em_educacao_fisica_anexos.pdf">https://dge.mec.pt/sites/default/files/Curriculo/Projeto_Autonomia_e_Flexibilidade/aprendizagens_essenciais_em_educacao_fisica_anexos.pdf</a>					

ÁREAS DE COMPETÊNCIA DO PERFIL DO ALUNO	INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO	AVALIAÇÃO
<p>A - Linguagens e Textos;</p> <p>B- Informação e Comunicação;</p> <p>C- Raciocínio e Resolução de problemas;</p> <p>D- Pensamento crítico e criativo;</p> <p>E- Relacionamento interpessoal;</p> <p>F-Desenvolvimento pessoal e Autonomia</p> <p>G- Bem -estar, Saúde e Ambiente;</p> <p>H-Sensibilidade estética e artística;</p> <p>I- Saber científico, técnico e tecnológico;</p> <p>J- Consciência e Domínio do Corpo.</p>	<p>- Observação direta</p> <p>- Registo em vídeo</p> <p>- Inquirição</p> <p>- Questionamento escrito ( 1 obrigatório por ano + outros)</p> <p>- Trabalho de pesquisa</p> <p>- Trabalhos de projecto</p> <p>- Exposição</p> <p>- Relatórios</p>	<p><b>Diagnóstica:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Permite identificar aprendizagens não realizadas e aplicar estratégias de recuperação tendo em vista aquisição /consolidação das mesmas;</li> <li>- Aponta para aprendizagens e pedagogias diferenciadas de acordo com as necessidades do aluno.</li> </ul> <p><b>Formativa:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Permite recolher e proceder ao tratamento de dados relativos aos vários domínios (de forma sistemática e contínua) para regular e orientar o processo;</li> <li>-Contribui para melhorar a aprendizagem;</li> <li>-Informa o professor, os alunos e os encarregados de educação sobre as condições em que decorrem as aprendizagens;</li> <li>- valoriza a autoavaliação para promover a evolução do aluno, rever e melhorar as práticas de ensino.</li> </ul> <p><b>Sumativa:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Traduz-se na formulação de um juízo global sobre a aprendizagem realizada pelos alunos tendo como objetivo a atribuição de uma classificação (provas escritas/práticas e orais de avaliação formal e o conjunto de registos recolhidos relativos ao desempenho quotidiano do aluno).</li> </ul> <p><b>Operacionalização da Classificação no final de cada semestre/do ano letivo:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Em cada semestre, a classificação final deverá resultar da média ponderada (consideradas as percentagens definidas para os vários domínios) de todas as avaliações obtidas através dos vários instrumentos de avaliação utilizados desde o início do ano letivo até ao momento em que se formaliza a classificação.</li> </ul>
<p>As atividades desenvolvidas nos <b>DAC</b> serão integradas na avaliação de acordo com as competências desenvolvidas.</p>		
<p><b>Nota:</b> A avaliação formativa é uma avaliação para as aprendizagens. Foca-se no processo de aprendizagem do aluno, na formação e na promoção para a cidadania. Caracteriza-se como diagnóstica, contínua, reflexiva e dialógica, acionando estratégias plurais de avaliação mediante as necessidades, interesses, ritmos de aprendizagem e perfil dos alunos. Utiliza instrumentos diversificados de registos de avaliação com vista à intenção de mediação de intervenção pedagógica para o sucesso dos alunos. Esta modalidade de avaliação fornece informação ao aluno e ao professor sobre a sua progressão relativamente aos objectivos da aprendizagem.</p>		

## DESCRITORES DE DESEMPENHO

(1) COMPETÊNCIAS TÉCNICO-TÁTICAS — DESCRITORES									
MODALIDADES LECIONADAS		10º ANO	11º ANO	12º ANO	CLASSIFICAÇÃO	10ºANO(Σ)	11ºANO(Σ)	12ºANO(Σ)	
<b>A</b>	ANDEBOL	EL 1	EL		<b>1</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	BASQUETEBOL	EL		PAV	<b>2</b>	<b>0.5</b>	<b>0.5</b>	<b>1</b>	
	FUTSAL	EL 1	EL	PAV	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	
	VOLEIBOL	EL 1	EL	PAV	<b>4</b>	<b>1.5</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	
<b>B</b>	GINÁSTICA – SOLO	EL 2	EL	PAV	<b>5</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	
	GINÁSTICA– ACRO	EL 1	EL	AV	<b>6</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	
	GINÁSTICA- APARELHOS	EL 2	EL	PAV	<b>7</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	
<b>C</b>	ATLETISMO	VELOCIDADE		EL	<b>8</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	
		BARREIRAS	EL		<b>9</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	
		ESTAFETAS	EL		PAV	<b>10*</b>	<b>7</b>	<b>7.5</b>	<b>9</b>
		ALTURA		EL	PAV	<b>11*</b>	<b>7.5</b>	<b>8</b>	<b>9.5</b>
		PESO				<b>12*</b>	<b>8</b>	<b>8.3</b>	<b>10</b>
<b>D</b>	DANÇA	EL 1	EL 2	EL	<b>13*</b>	<b>8.5</b>	<b>8.6</b>	<b>10.5</b>	
<b>E</b>	BADMINTON	EL 1	EL	EL	<b>14*</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>11</b>	
<b>F</b>	OUTRAS (2)	I	I	I	<b>15*</b>	<b>9.5</b>	<b>9.3</b>	<b>11.5</b>	
MODALIDADES SELECIONADAS PARA AVALIAÇÃO		2A + 1B+C +D+E+1F	2A + 1BouC +D+E+1F	2A + 1BouC +D+E+1F	<b>16*</b>	<b>10</b>	<b>9.6</b>	<b>12</b>	
APRTENDIZAGENS ESSENCIAIS		5I+1E (2A,1 B,1 D, 2 C/ E/F)	4I+2E (2A,1 B/C,1D, 2 E/F)	3I+3E (2A,1 B/C,1D, 2 E/F)	<b>17*</b>	<b>10.5</b>	<b>10</b>	<b>12.5</b>	
LEGENDA: I – NÍVEL INTRODUTÓRIO, EL- NÍVEL ELEMENTAR AV- NÍVEL AVANÇADO P- PARTE DE NÍVEL									
CADA MATÉRIA ABAIXO DO NÍVEL INTRODUTÓRIO = 0 PONTOS CADA NÍVEL INTRODUTÓRIO = 1 PONTO; CADA NÍVEL ELEMENTAR = 2 PONTOS; CADA NÍVEL AVANÇADO = 3 PONTOS (Σ) = SOMATÓRIO DE PONTOS OBTIDOS NAS VÁRIAS MATÉRIAS									
						<b>18*</b>	<b>11</b>	<b>10.3</b>	<b>13</b>
						<b>19*</b>	<b>12</b>	<b>10.6</b>	<b>13.5</b>
						<b>20*</b>	<b>13</b>	<b>11</b>	<b>14</b>
						EM CADA ANO É APRESENTADO O SOMATÓRIO DE NÍVEIS (E PARTES DE NÍVEL) CORRESPONDENTE A CADA CLASSIFICAÇÃO *DESDE QUE CUMPRA AS APRENDIZAGENS ESSENCIAIS			

**(2) COMPETÊNCIAS SOCIOAFETIVAS/CIDADANIA — DESCRITORES**

INDICADORES	5	4	3	2	1
<b>Responsabilidade</b> (empenho, responsabilidade, autonomia)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• É sempre assíduo</li> <li>• É sempre pontual</li> <li>• Realiza com empenho as tarefas propostas</li> <li>• Realiza as tarefas autonomamente</li> <li>• Utiliza sempre métodos de trabalho/estudo próprios</li> </ul>	Valor intermédio	<ul style="list-style-type: none"> <li>• É assíduo</li> <li>• É pontual</li> <li>• Realiza com algum empenho as tarefas propostas</li> <li>• Realiza algumas vezes as tarefas autonomamente</li> <li>• Utiliza algumas vezes métodos de trabalho/estudo próprios</li> </ul>	Valor intermédio	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Raramente é assíduo</li> <li>• Raramente é pontual</li> <li>• Raramente realiza com empenho as tarefas propostas</li> <li>• Não realiza as tarefas autonomamente</li> <li>• Não utiliza métodos de trabalho/estudo próprios</li> </ul>
<b>Participação 1</b> (motivação, interesse)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Intervém sempre oportunamente na aula</li> <li>• participa sempre nas atividades propostas</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Intervém algumas vezes oportunamente na aula</li> <li>• participa algumas vezes nas atividades propostas</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Raramente intervém oportunamente na aula</li> <li>• Raramente participa nas atividades propostas</li> </ul>
<b>Participação 2</b> (autocontrolo e atenção, espírito crítico)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Revela espírito crítico</li> <li>• Revela autocontrolo e atenção</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Revela algum espírito crítico</li> <li>• Revela algum autocontrolo e atenção</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Raramente revela espírito crítico</li> <li>• Raramente revela autocontrolo e atenção</li> </ul>
<b>Sociabilidade</b> (cooperação e solidariedade)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cumpre sempre as regras de convivência, de cidadania e o regulamento interno da escola</li> <li>• Cooperar sempre com os colegas e com o professor</li> <li>• Revela solidariedade</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cumpre algumas das regras de convivência, de cidadania e o regulamento interno da escola</li> <li>• Cooperar algumas vezes com os colegas e com o professor</li> <li>• Revela alguma solidariedade</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Não cumpre as regras de convivência, de cidadania e o regulamento interno da escola</li> <li>• Nunca coopera sempre com os colegas e com o professor</li> <li>• Raramente revela solidariedade</li> </ul>

A classificação é obtida pelo somatório da classificação dos vários indicadores.

### (3) COMPETÊNCIAS FÍSICAS - DESCRITORES

CLASSIFICAÇÃO	10º, 11º e 12º ANO
2	ESTÁ NA ZONA SAUDÁVEL (ZS) EM UMA OU MAIS APTIDÕES, EXCEPTUANDO A. AERÓBIA E ANM. ABDOMINAL
6	ESTÁ NA ZONA SAUDÁVEL (ZS) NA ANM. ABDOMINAL
8	ESTÁ NA ZONA SAUDÁVEL (ZS) NA ANM. ABDOMINAL E MAIS APTIDÕES, EXCEPTUANDO A. AERÓBIA
12	ESTÁ NA ZONA SAUDÁVEL (ZS) NA A. AERÓBIA
14	ESTÁ NA ZONA SAUDÁVEL (ZS) NA A. AERÓBIA E EM UMA OU MAIS APTIDÕES, EXCEPTUANDO ANM. ABDOMINAL
18	ESTÁ NA ZONA SAUDÁVEL (ZS) NA A. AERÓBIA E NA ANM. ABDOMINAL
20	ESTÁ NA ZONA SAUDÁVEL (ZS) NA A. AERÓBIA, NA ANM. ABDOMINAL E EM MAIS APTIDÕES.

Nota: Para IMC superior a 30, as metas de reduzem 25%



## TABELA DE VALORES DE REFERÊNCIA (RAPARIGAS)






#### APTIDÃO AERÓBIA

	VAIVÉM				MILHA			
	Zona Saudável >		Perfil Atlético >		Zona Saudável >		Perfil Atlético >	
	VO <sub>2</sub> máx (ml/kg/min)	N.º de Percursos	VO <sub>2</sub> máx (ml/kg/min)	N.º de Percursos	VO <sub>2</sub> máx (ml/kg/min)	Tempo < min	VO <sub>2</sub> máx (ml/kg/min)	Tempo < min
9	40,2	13	46,8	32	40,2	8,46	46,8	6,47
10	40,2	16	46,8	35	40,2	8,46	46,8	6,47
11	40,2	20	47,1	39	40,2	8,46	47,1	6,43
12	40,1	22	47,3	43	40,1	8,48	47,3	6,39
13	39,7	25	46,9	45	39,7	8,58	46,9	6,45
14	39,4	27	46,5	47	39,4	9,05	46,5	6,51
15	39,1	29	45,7	48	39,1	9,13	45,7	7,02
16	38,9	32	45,3	50	38,9	9,18	45,3	7,08
17	38,8	35	44,6	51	38,8	9,21	44,6	7,20
18+	38,6	37	43,1	50	38,6	9,26	43,1	7,46

#### COMPOSIÇÃO CORPORAL

	IMC		PERÍMETRO DA CINTURA		MASSA GORDA	
	kg/m <sup>2</sup>		cm		%	
	Zona Saudável >	<	Zona Saudável >	<	Zona Saudável >	<
9	13,3	18,7	66,8	22,7		
10	13,7	19,4	68,9	24,4		
11	14,1	20,3	70,8	25,8		
12	14,7	21,3	72,5	26,8		
13	15,2	22,3	74,2	27,8		
14	15,7	23,1	75,7	28,6		
15	16,0	23,8	76,8	29,2		
16	16,3	24,3	77,7	29,8		
17	16,4	24,6	78,5	30,5		
18+	18,5	25,0	79,2	31,4		

#### APTIDÃO NEUROMUSCULAR

	ABDOMINAIS		FLEXÕES		IMPULSAO HORIZONTAL		IMPULSAO VERTICAL		AGILIDADE 4X10 m		VELOCIDADE 40 m		VELOCIDADE 20 m		SENTA E ALCANÇA		FLEXIBILIDADE DOS OMBROS	
	N.º repetições		N.º repetições		cm		cm		s		s		cm		S/N			
	Zona Saudável >	Perfil Atlético >	Zona Saudável >	Perfil Atlético >	Zona Saudável >	Perfil Atlético >	Zona Saudável >	Perfil Atlético >	Zona Saudável >	Perfil Atlético >	Zona Saudável >	Perfil Atlético >	Zona Saudável >	Perfil Atlético >	Zona Saudável >	Perfil Atlético >	Zona Saudável >	Perfil Atlético >
9	9	39	6	14	108,4	170,9	17,9	29,9	13,20	11,73	8,55	4,55	4,02	22,9	31,2			
10	12	39	7	15	110,8	172,4	18,3	30,4	13,10	11,67	8,23	7,23	4,43	3,90	22,9	31,2		
11	15	46	7	15	113,3	173,8	18,6	30,8	13,00	11,61	7,97	7,00	4,32	3,80	25,4	31,4		
12	18	53	7	15	115,8	175,3	19,0	31,3	12,90	11,55	7,77	6,82	4,24	3,73	25,4	32,1		
13	18	57	7	16	118,1	176,4	19,0	31,3	12,80	11,50	7,62	6,69	4,19	3,68	25,4	33,3		
14	18	59	7	16	121,8	179,6	20,0	32,5	12,70	11,40	7,52	6,61	4,16	3,66	25,4	34,6		
15	18	62	7	17	123,0	179,0	20,3	32,8	12,70	11,40	7,49	6,58	4,16	3,66	30,5	35,3		
16	18	63	7	18	126,0	180,4	20,9	33,6	12,60	11,30	7,51	6,50	4,18	3,69	30,5	35,6		
17	18	65	7	19	129,5	183,4	20,5	33,0	12,60	11,40	7,58	6,67	4,23	3,75	30,5	36,0		
18+	18	66	7	19	131,9	184,2	20,5	34,0	12,60	11,40	7,72	6,79	4,31	3,83	30,5	36,3		

#### APTIDÃO AERÓBIA

	VAIVÉM				MILHA			
	Zona Saudável >		Perfil Atlético >		Zona Saudável >		Perfil Atlético >	
	VO <sub>2</sub> máx (ml/kg/min)	N.º de Percursos	VO <sub>2</sub> máx (ml/kg/min)	N.º de Percursos	VO <sub>2</sub> máx (ml/kg/min)	Tempo < min	VO <sub>2</sub> máx (ml/kg/min)	Tempo < min
9	40,2	13	52,1	47	40,2	9,39	52,1	6,06
10	40,2	16	52,1	50	40,2	9,46	52,1	6,09
11	40,2	20	52,4	54	40,2	9,53	52,4	6,08
12	40,3	23	53,0	59	40,3	9,57	53,0	6,04
13	41,1	28	54,7	67	41,1	9,40	54,7	5,48
14	42,5	36	57,1	77	42,5	9,09	57,1	5,27
15	43,6	42	58,8	85	43,6	8,47	58,8	5,14
16	44,1	47	59,8	91	44,1	8,41	59,8	5,08
17	44,2	50	59,7	94	44,2	8,44	59,7	5,10
18+	44,3	53	59,3	96	44,3	8,47	59,3	5,15

#### COMPOSIÇÃO CORPORAL

	IMC		PERÍMETRO DA CINTURA		MASSA GORDA	
	kg/m <sup>2</sup>		cm		%	
	Zona Saudável >	<	Zona Saudável >	<	Zona Saudável >	<
9	13,6	18,2	77,1	20,7		
10	13,9	18,8	80,1	22,5		
11	14,2	19,5	82,6	23,7		
12	14,7	20,4	85,1	23,7		
13	15,2	21,3	87,0	22,9		
14	15,7	22,2	88,9	21,4		
15	16,3	23,1	90,5	20,2		
16	16,7	23,9	91,8	20,2		
17	17,1	24,6	92,7	21,0		
18+	18,5	25,0	93,4	22,3		

#### APTIDÃO NEUROMUSCULAR

	ABDOMINAIS		FLEXÕES		IMPULSAO HORIZONTAL		IMPULSAO VERTICAL		AGILIDADE 4X10 m		VELOCIDADE 40 m		VELOCIDADE 20 m		SENTA E ALCANÇA		FLEXIBILIDADE DOS OMBROS	
	N.º repetições		N.º repetições		cm		cm		s		s		cm		S/N			
	Zona Saudável >	Perfil Atlético >	Zona Saudável >	Perfil Atlético >	Zona Saudável >	Perfil Atlético >	Zona Saudável >	Perfil Atlético >	Zona Saudável >	Perfil Atlético >	Zona Saudável >	Perfil Atlético >	Zona Saudável >	Perfil Atlético >	Zona Saudável >	Perfil Atlético >	Zona Saudável >	Perfil Atlético >
9	9	47	6	17	102,1	160,0	15,7	24,7	13,10	11,98	8,27	7,19	4,42	3,91	20,3	29,3		
10	12	47	7	21	110,2	170,2	17,2	27,9	12,80	11,65	7,94	6,92	4,28	3,78	20,3	29,3		
11	15	54	8	21	119,0	180,4	18,8	31,0	12,50	11,38	7,63	6,66	4,14	3,66	20,3	28,9		
12	18	60	10	21	128,4	190,6	20,6	34,2	12,20	11,11	7,33	6,41	4,01	3,55	20,3	28,8		
13	21	66	12	22	135,4	197,3	21,7	36,4	12,00	10,90	7,04	6,18	3,89	3,45	20,3	29,2		
14	24	71	14	24	151,5	213,3	25,1	41,0	11,70	10,60	6,76	5,97	3,78	3,36	20,3	30,4		
15	24	71	16	27	165,4	224,4	28,2	44,7	11,20	10,20	6,49	5,77	3,68	3,29	20,3	31,9		
16	24	71	18	29	175,9	231,8	30,0	47,2	10,90	9,90	6,24	5,59	3,58	3,22	20,3	33,5		
17	24	71	18	32	184,2	239,0	31,1	49,1	10,90	9,90	6,00	5,42	3,50	3,17	20,3	34,5		
18+	24	71	18	34	203,2	251,7	35,3	53,2	10,40	9,49	5,77	5,27	3,42	3,13	20,3	35,0		

(4) COMPETÊNCIAS COGNITIVAS — DESCRITORES

INDICADORES	9-10	7-8	5-6	3-4	1-2
DOMÍNIO DOS CONHECIMENTOS	O ALUNO REVELA CONHECER OS CONCEITOS TRANSMITIDOS <b>NO 1º TEMA</b>  ARTICULA E RELACIONA ESSES CONCEITOS	Valor intermédio	O ALUNO REVELA CONHECER OS CONCEITOS TRANSMITIDOS <b>NO 1º TEMA</b>  REVELA DIFICULDADE EM ARTICULAR E RELACIONAR ESSES CONCEITOS.	Valor intermédio	O ALUNO REVELA CONHECER <b>ALGUNS CONCEITOS</b> TRANSMITIDOS <b>NO 1º TEMA</b>  NÃO RELACIONA NEM ARTICULA ESSES CONCEITOS.
	O ALUNO REVELA CONHECER OS CONCEITOS TRANSMITIDOS <b>NO 2º TEMA</b>  ARTICULA E RELACIONA ESSES CONCEITOS	Valor intermédio	O ALUNO REVELA CONHECER OS CONCEITOS TRANSMITIDOS <b>NO 2º TEMA</b>  REVELA DIFICULDADE EM ARTICULAR E RELACIONAR ESSES CONCEITOS.	Valor intermédio	O ALUNO REVELA CONHECER <b>ALGUNS CONCEITOS</b> TRANSMITIDOS <b>NO 2º TEMA</b>  NÃO RELACIONA NEM ARTICULA ESSES CONCEITOS.
A classificação final é obtida pelo somatório da classificação nos dois temas					