

## **Metas de Aprendizagem**

### **2.º Ciclo – Educação Física**

#### **Introdução**

A definição de Metas de Aprendizagem na Área Curricular de Educação Física tem como base os seguintes instrumentos legais: Programas Nacionais de Educação Física (PNEF), Currículo Nacional do Ensino Básico (CNEB) – Competências Essenciais.

Neste sentido, analisando os Programas Nacionais, pode-se verificar que:

- Têm objectivos que podem ser avaliáveis por ciclo e por ano e os conteúdos programáticos já estão especificados em toda a extensão, sob a forma de metas de aprendizagem.
- Os Objectivos Gerais, por ciclo e subáreas são obrigatórios, em todas as escolas. Os Objectivos Gerais não são objecto de escolha por professores ou escolas. O que é decisão de escola e do professor, são respectivamente, o Plano Plurianual de Escola e o Plano Anual de Educação Física da Turma.
- Os Objectivos Específicos, por ano, definem para cada matéria três níveis de especificação e domínio – Introdução (I), Elementar (E) e Avançado (A). Cada nível traduz a actividade representativa de um certo grau de competência prática de interpretação dos conteúdos dessa matéria. O professor pode situar (avaliar) o aluno em cada um dos três níveis em que se diferencia o tratamento da matéria e organizar as suas opções didácticas a partir daí.

Os Objectivos Gerais de ciclo são a referência obrigatória, mas demasiado genérica para a avaliação dos alunos por ciclo. Esse problema foi resolvido com a distinção de um nível de sucesso (critério geral de sucesso) – As Normas de Referência para a definição de sucesso em Educação Física, que foram introduzidas nos Programas Nacionais na Revisão Curricular de 2001.

As Normas de Referência estabeleceram as regras ou critérios gerais para se considerar que um aluno tem sucesso em EF. Constituíram-se como um padrão de referência para o sucesso na aprendizagem e para que os resultados da avaliação possam ser compreendidos pelos alunos, encarregados de educação, colegas do conselho de turma, etc.

As Normas de Referência tornaram-se uma componente essencial nos programas, sendo metas de aprendizagem representativas do sucesso, que traduzem a necessária marcação de resultados representativos dos objectivos gerais em cada ciclo e em cada ano, válidas e aplicáveis em todas as

escolas. São uma referência externa às condições de leccionação que indicam os resultados de aprendizagem em cada ciclo para que o aluno tenha classificação positiva em EF, em qualquer escola.

Garantindo o ecletismo (nenhuma das áreas está excluída) pode verificar-se que para o aluno ter sucesso não necessita de demonstrar domínio em todas as matérias nucleares do programa do 1.º ao 9.º ano, nem ao mesmo nível específico (I, E ou A).

Também os pontos fortes de cada aluno poderão ser devidamente considerados. Dois alunos podem alcançar o critério de sucesso demonstrando domínio em matérias diferentes e eventualmente em categorias diferentes desde que cumpridas as regras constantes nas Normas de Referência.

É seguido o princípio da equidade e não da igualdade literal no currículo e na avaliação, conjugando a coerência e a diversidade, atendendo à grande diversidade de condições das escolas, às diferentes capacidades dos alunos e à própria filosofia do programa quanto à sua gestão e eventual diferenciação das matérias que compõem o currículo.

O presente documento adopta como Metas de Aprendizagem as Normas de Referência (2.º e 3.º ciclo), actualiza-as e simplifica-as, a partir da experiência de aplicação dos PNEF entretanto acumulada e estudada, da consulta a professores, escolas, Conselho Nacional de Associações de profissionais de Educação Física e Sociedade Portuguesa de Educação Física, e da interpretação que a equipa de especialistas faz da realidade da Educação Física Escolar e das possibilidades dos alunos (Documento de Apoio à Organização Curricular e Programas de Educação Física).

Definem-se metas de aprendizagem para os 2.º e 3.º ciclos e metas de aprendizagem intermédias por ano, nas áreas das Actividades Físicas e da Aptidão Física, com o mesmo formato das normas de referência, marcando um padrão geral de progressão do currículo, de aplicação flexível em todas as escolas. Continua a definir-se metas de aprendizagem por ciclo na área dos Conhecimentos.

Definem-se metas de aprendizagem para o 1.º ciclo e metas de aprendizagem intermédias para o 2.º ano, clarificando os resultados da aplicação do programa de Educação Física (EEFM). Definem-se metas de aprendizagem para o ensino pré-escolar.

Com as metas de aprendizagem pretende-se reforçar o processo curricular e de avaliação desenvolvidos na própria escola, apoiar o Professor nas deliberações pedagógicas e o Aluno na sua auto-avaliação e empenho no aperfeiçoamento pessoal.

As metas de aprendizagem são também indicadores fundamentais para que se possa monitorizar o sistema de EF escolar a nível local, regional e nacional onde estão necessariamente incluídos Programas, Projectos Curriculares de Escola e Políticas Educativas.

## Aspectos Operacionais

Consideram-se, como referência fundamental para o sucesso nesta área disciplinar, no 1.º ciclo, os Blocos que constam no Programa de Educação Física (EEFM): Jogos; Actividades Rítmicas Expressivas; Ginástica; Patinagem; Percursos na Natureza; Natação.

Consideram-se, como referência fundamental para o sucesso nesta área disciplinar, nos 2.º e 3.º ciclos, três Domínios de avaliação específicos da Educação Física, que representam as grandes áreas de extensão da Educação Física: **Actividades Físicas** (Materias), **Aptidão Física** e **Conhecimentos** relativos aos processos de elevação e manutenção da Aptidão Física e à interpretação e participação nas estruturas e fenómenos sociais no seio dos quais se realizam as Actividades Físicas

A operacionalização das Metas de Aprendizagem tem como referência para:

- O Domínio Actividades Físicas, a especificação de cada matéria do programa em três níveis – introdução, elementar e avançado.
- O Domínio Aptidão Física, a zona saudável de aptidão física (ZSAF) considerada na bateria de testes do Fitnessgram.
- O Domínio Conhecimentos relativos aos objectivos do Programa do 2.º ou 3.º Ciclo.

Para as presentes Metas considera-se que um aluno cumpre um nível (I, E ou A) no domínio Actividades Físicas quando o seu desempenho, conhecimentos e atitudes representam a totalidade do nível considerado.

De acordo com a filosofia destas metas, é completamente contra-indicado, em critérios de classificação, o fraccionamento dos domínios (motor, cognitivo e afectivo) ou a atribuição de percentagens aos domínios de avaliação.

De todas as matérias em que o aluno foi previamente avaliado, selecciona-se um conjunto de níveis para efeitos de classificação positiva em EF, de acordo com os quadros adiante – Domínios, Metas e Normas.

Para cada um dos ciclos de escolaridade consideram-se as seguintes subdomínios:

### **1.º Ciclo**

JOGOS

ACTIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS

GINÁSTICA

PATINAGEM

PERCURSOS NA NATUREZA

NATAÇÃO

## **2.º Ciclo**

JOGOS

JOGOS DESPORTIVOS COLECTIVOS (Futebol, Voleibol, Basquetebol, Andebol)

GINÁSTICA (Ginástica no Solo, Ginástica de Aparelhos, Ginástica Rítmica)

ATLETISMO

PATINAGEM

DANÇA (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais)

OUTRAS (Orientação, Escalada, Luta, Natação, etc.)

## **3.º Ciclo**

JOGOS DESPORTIVOS COLECTIVOS (Futebol, Voleibol, Basquetebol, Andebol)

GINÁSTICA (Ginástica no Solo, Ginástica de Aparelhos, Ginástica Rítmica)

ATLETISMO

PATINAGEM

DANÇA (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais)

RAQUETAS (Badmington, Ténis, Ténis de Mesa)

OUTRAS (Orientação, Escalada, Luta, Natação, etc)

**QUADRO 1 – Domínio das Actividades Físicas – Metas de Aprendizagem (1.º ciclo) e Normas de aplicação**

<b>Ano</b>	<b>4.º</b>
<b>Meta</b>	O aluno cumpre as habilidades apresentadas para os Subdomínios; Jogos, Ginástica e um Subdomínio entre os restantes
<b>Norma</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Jogos</li> <li>- Ginástica</li> <li>- 1 Subdomínio entre:               <ul style="list-style-type: none"> <li>Actividades Rítmicas Expressivas</li> <li>Patinagem</li> <li>Percursos na Natureza</li> <li>Natação</li> </ul> </li> </ul>

**QUADRO 2 – Domínio das Actividades Físicas – Metas de Aprendizagem (2.º e 3.º ciclo) e Normas de aplicação.**

<b>Ano</b>	<b>5.º</b>	<b>6.º</b>	<b>7.º</b>	<b>8.º</b>	<b>9.º</b>
<b>Meta</b>	<b>3 Níveis Introdução</b>	<b>4 Níveis Introdução</b>	<b>5 Níveis Introdução</b>	<b>6 Níveis Introdução</b>	<b>6 Níveis: 5 Introdução e 1 Elementar</b>
<b>Norma</b>	De cada um dos níveis de matérias de Subdomínios diferentes	1 nível de uma matéria dos subdomínios : Jogos ou JDC 1 nível de uma matéria do Subdomínio GIN 2 níveis de 2 matérias dos restantes Subdomínios, cada um de Subdomínios diferentes	1 nível de uma matéria do Subdomínio JDC 1 nível de uma matéria do Subdomínio GIN 3 níveis de 3 matérias dos restantes Subdomínios, cada um de Subdomínios diferentes	1 nível de uma matéria do Subdomínio JDC 1 nível de uma matéria do Subdomínio GIN 4 níveis de 4 matérias dos restantes Subdomínios, cada um de Subdomínios diferentes	2 níveis de duas matérias do Subdomínio JDC 1 nível de uma matéria do Subdomínio GIN 1 nível de uma matéria do Subdomínio DANÇA 2 níveis de 2 matérias dos restantes Subdomínios, cada um de Subdomínios diferentes

### QUADRO 3 – Domínio da Aptidão Física – Metas de Aprendizagem

Ano	5.º	6.º	7.º	8.º	9.º
<b>Meta</b>	Demonstra capacidades em testes de Resistência Aeróbia e testes de Aptidão Muscular adequadas às normas da aptidão física representativa da Saúde, para a sua idade.				
<b>Norma</b>	<p>Encontra-se na Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF – FitnessGram) num dos testes de aptidão aeróbia (vai-vêm; corrida da milha, marcha).</p> <p>Encontra-se na Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF – FitnessGram) no teste de aptidão muscular da categoria: Força Abdominal e Resistência (abdominais).</p>		<p>Encontra-se na Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF – FitnessGram) num dos testes de aptidão aeróbia (vai-vêm; corrida da milha, marcha).</p> <p>Encontra-se na Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF – FitnessGram) em dois testes de aptidão muscular, um da categoria Força Abdominal e Resistência (abdominais) e outro das restantes categorias (Força Superior, Força e Flexibilidade do Tronco e Flexibilidade).</p>		

### QUADRO 4 – Domínio dos Conhecimentos – Metas de Aprendizagem

Ano	6.º	9.º
<b>Meta</b>	<p>Identifica as capacidades físicas: Resistência, Força, Velocidade, Flexibilidade, Agilidade e Coordenação (Geral), de acordo com as características do esforço realizado.</p> <p>Interpreta as principais adaptações do funcionamento do seu organismo durante a actividade física.</p>	<p>Relaciona Aptidão Física e Saúde e identifica os factores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras, a composição corporal, a alimentação, o repouso, a higiene, afectividade e a qualidade do meio ambiente.</p> <p>Interpreta a dimensão sociocultural dos desportos e da actividade física na actualidade e ao longo dos tempos, identificando fenómenos associados a limitações e possibilidades de prática dos desportos e das actividades físicas, tais como: o sedentarismo e a evolução tecnológica, a poluição, o urbanismo e a industrialização, relacionando-os com a evolução das sociedades.</p>
<b>Norma</b>	O aluno realiza trabalho de grupo e prova escrita individual sobre o conteúdo dos trabalhos de grupo.	

**Equipa:**

Leonardo Rocha

(Coordenador, Instituto de Ciências da Educação, Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias)

João Comédias Henriques

Jorge Mira

Mário Guimarães