

**ENSINO SECUNDÁRIO**

<b>Matérias</b>	<b>A Jogos Pré-Desportivos</b>	JDC	Andebol	Basquetebol	Futebol	Voleibol	<b>B Ginástica</b>	G. Solo	G. Aparelhos	G. Acrobática	Minitramp.
	<b>C Atletismo</b>	Corridas	Saltos	Lançamentos			<b>D Patinagem</b>	Hóquei	Corridas		
	<b>F Raquetas</b>	Ténis	Badminton	Ténis de Mesa			<b>G Outras</b>	Corfebol	J. Tradicionais	Orientação	Escalada

**Atividades Físicas - Classificação e Níveis**

<b>Classificação</b>	<b>Atividades Físicas - 6 Matérias 40%</b>						<b>Aptidão Física 20%</b>		<b>Conhecimentos 10%</b>				<b>Atitudes</b>		
	<b>10º Ano</b>		<b>11º Ano</b>		<b>12º Ano</b>		Agilidade Abdominais Flx Braços Imp. Horiz. St e Alcança Velocidade Vaivém	Teste escrito individual;  Trabalho individual ou de grupo				Pontualidade Assiduidade Equipamento Comportamento Cump Regras	7,5%	7,5%	
	6 Matérias							Fichas de trabalho							
	6 Matérias							Questões na aula (orais e/ou escritas).							
O aluno deverá obter classificação positiva.															
<b>1</b>	<b>1I</b>														
<b>2</b>	<b>1I</b>														
<b>3</b>	<b>1I</b>														
<b>4</b>	<b>1I</b>														
<b>5</b>	<b>2I</b>														
<b>6</b>	<b>2I</b>														
<b>7</b>	<b>3I</b>														
<b>8</b>	<b>4I</b>														
<b>9</b>	<b>5I</b>														
<b>10</b>	<b>5I</b>	<b>1E</b>													
<b>11</b>	<b>4I</b>	<b>2PE</b>													
<b>12</b>	<b>4I</b>	<b>1PE</b>	<b>1E</b>												
<b>13</b>	<b>4I</b>	<b>1PE</b>	<b>1E</b>												
<b>14</b>	<b>4I</b>	<b>2E</b>													
<b>15</b>	<b>3I</b>	<b>1PE</b>	<b>2E</b>												
<b>16</b>	<b>3I</b>	<b>3E</b>													
<b>17</b>	<b>3I</b>	<b>2E</b>	<b>1PA</b>												
<b>18</b>	<b>3I</b>	<b>2E</b>	<b>1A</b>												

Consultar a Tabela de Referência elaborada pelo Departamento de EDF.

O aluno deve estar na zona saudável na Aptidão Aeróbica (Vaivém) e deve ter média igual ou superior a 10 valores.

**10º ano**

**11º Ano**

**12º Ano**

Mais de 3F/FM/FP  
Não cumpre/nem emp

3F/FM/FP

Às vezes cumpre

Empenho fraco

2F/FM/FP

Cumpre

Empenho em todas

1F/FM/FP

Cumpre/Coop. Frequ

Empenho todas/Motiv.

0F/Fm/FP

19	2I	2E	1PE	1A	1I	1PE	3E	1A	1I	3E	1PA	1A
20	2I	3E	1A		1I	4E	1A		1I	3E	2A	

Especialização precoce e exclusão ou abandono precoces; Violência (dos espectadores e dos atletas) vs. espírito desportivo;  
Corrupção vs. verdade desportiva.

Cumpr./Coop. Semp

Emp./Motiv./Ajuda co

iolfe
<b>30%</b>
Empenho
<b>15%</b>
enha
s
ent.
Elev.

ire

lega