

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO

GRUPO DISCIPLINAR: EDUCAÇÃO FÍSICA (620)

Ensino Secundário (10º, 11º e 12º anos)

COMPETÊNCIAS ESSENCIAIS							
Áreas	APRENDIZAGENS ESSENCIAIS	DESCRITORES DE DESEMPENHO					INSTRUMENTOS
		1-4	5-9	10-13	14-17	18-20	
Área das Atitudes (30%)	<p>A-Utiliza linguagem verbal e não verbal para significar e/ou comunicar.</p> <p>B-Pesquisa sobre matérias e temas do seu interesse. Desenvolve estes procedimentos de forma crítica e autónoma.</p> <p>C-Define e executa estratégias adequadas com vista à tomada de decisões.</p> <p>D-Gere e aplica novas ideias em contextos específicos.</p> <p>E-Coopera com os companheiros na procura do êxito pessoal e do grupo. Age com respeito e cordialidade na relação com os colegas e professor. Respeita, cumpre e faz cumprir as regras das atividades e de segurança.</p> <p>F-É autónomo. Reconhece os seus pontos fortes e fracos. Tem consciência da importância de evoluir.</p> <p>G-Adota comportamentos promotores de saúde e bem-estar. Valoriza aspetos culturais e participa autonomamente em atividades.</p> <p>H-Compreende processos, coloca questões, procura informação e aplica conhecimentos adquiridos nas tomadas de decisão informada.</p> <p>I-Reconhece a importância das atividades motoras no seu desenvolvimento físico, psicossocial, estético e emocional.</p> <p>J-Realiza atividades posturais, locomotoras e manipulativas, estabelecendo relação do seu corpo com o espaço. Realiza experiências motoras que favorecem aprendizagens globais e integradas. Adquire consciência do seu esquema corporal.</p>	<p>Não realiza qualquer ação prevista na Área das Atividades. Desconhece os fatores identificados na Área dos Conhecimentos. Não apresenta qualquer trabalho prático proposto nas aulas.</p>	<p>Realiza com incorreção algumas das ações previstas na Área das Atividades. Conhece alguns fatores identificados na Área dos Conhecimentos. Raramente apresenta trabalho prático proposto nas aulas.</p>	<p>Realiza com correção algumas das ações previstas na Área das Atividades. Conhece os fatores identificados na Área dos Conhecimentos. Apresenta trabalho prático proposto nas aulas</p>	<p>Realiza com correção todas as ações previstas na Área das Atividades. Conhece e relaciona os fatores identificados na Área dos Conhecimentos. Apresenta qualidade no trabalho prático proposto nas aulas</p>	<p>Realiza com elevada correção todas as ações previstas na Área das Atividades. Conhece, relaciona e aplica os fatores identificados na Área dos Conhecimentos. Apresenta elevada qualidade no trabalho prático proposto nas aulas</p>	<p>E@D: observação direta do desempenho e evolução do aluno ou através de vídeos partilhados pelos alunos.; relatórios de aula para alunos que não a realizem; registos de aula síncrona (participação, responsabilidade, empenho e cumprimento de tarefas); trabalho com apresentação oral por vídeo conferência para alunos com atestado médico; questionários online; concretização de projetos (para promover a autonomia e inovação); questionamento direto.</p>

<p>Áreas das Atividades e Aptidão Físicas (60%)</p>	<p>Adequa a sua atuação ao objetivo do jogo, quer como jogador (função e ações técnico-táticas) e como árbitro.</p> <p>Compõe, realiza e analisa esquemas individuais e em grupo e executa os diferentes elementos nos aparelhos. Conhece e aplica as técnicas de ajuda.</p> <p>Aprecia, compõe e realiza sequências de elementos técnicos de dança em coreografias individuais e/ou de grupo.</p> <p>Executa e analisa as provas das disciplinas do atletismo, de acordo com o regulamento e as técnicas abordadas.</p> <p>Adequa as ações técnico-táticas dos Jogos de Raquetas de acordo com o objetivo do jogo em participação individual e/ou a pares.</p> <p>Desenvolve as habilidades motoras específicas das técnicas de nado estabelecidas pelo professor, de acordo, com o nível inicial do aluno.</p> <p>O aluno deve ser capaz de evidenciar na realização das atividades das diferentes subáreas, níveis de aptidão muscular e aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola.</p>						<p>Ensino Presencial: Observação direta em situação de aula e/ou grelhas de observação.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Testes práticos. - Fichas de autoavaliação e heteroavaliação. <p>Realização de 2 instrumentos de avaliação por período</p>
<p>Área do Conhecimento (10%)</p>	<p>Relaciona a Aptidão Física e Saúde, identificando os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras, a composição corporal, a alimentação, o repouso, a higiene, a afetividade e a qualidade do meio ambiente.</p> <p>Interpreta 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, tais como: o sedentarismo e a evolução tecnológica, a poluição, o urbanismo e a industrialização, relacionando-os com a evolução das sociedades.</p> <p>Conhece os regulamentos das diferentes atividades físicas e desportivas.</p> <p>Conhece e utiliza a terminologia específica da disciplina.</p>						<p>Aplicabilidade nas diferentes situações de aprendizagem prática colocadas em contexto de sala de aula</p>

Nota: Os alunos com atestado médico possuem critérios específicos de acordo com a legislação em vigor.