

## AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE MIRA

### Departamento de Expressões

### CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO

Disciplina de Educação Física – Secundário

Ano Letivo 2023/2024

Domínios/ Ponderação na avaliação	Descritores de desempenho	Áreas de competências do perfil do aluno	Fontes de informação/ Instrumentos de avaliação
<b>Conhecimentos (10%)</b>	Identificar as capacidades físicas: Resistência, Força, Velocidade, Flexibilidade, Agilidade e Coordenação Geral. Relacionar aptidão física e saúde. Identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável. Adquirir e aplicar conhecimentos das modalidades abordadas. Preservar os recursos materiais.	<b>A-</b> Linguagens e textos <b>B-</b> Informação e comunicação <b>C-</b> Raciocínio e resolução de problemas <b>D-</b> Pensamento crítico e pensamento criativo <b>I-</b> Saber técnico e tecnologias	<b>Nota:</b> Os instrumentos de avaliação serão selecionados de acordo com os domínios da disciplina e com a especificidade dos alunos ao abrigo do DL 54/2018.  Trabalhos de grupo/individuais Fichas de avaliação Registo das intervenções Questionamento oral Tabelas padrão de desempenho Trabalhos interdisciplinares no âmbito das DACS Trabalhos interdisciplinares no âmbito dos DAC.

<p style="text-align: center;"><b>Atividades Físicas (70%)</b></p>	<p>Nos <b>Jogos Desportivos Coletivos</b> (Basquetebol, Futebol, Andebol, Voleibol), Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo realizando com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares em todas as funções, conforme a oposição em cada fase do jogo, aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro.</p> <p>Na <b>Ginástica</b> (Acrobática, Solo ou Aparelhos), Compor, realizar e analisar esquemas individuais aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação das destrezas, e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios.</p> <p>Nas <b>Atividades Rítmicas Expressivas</b> (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais), apreciar, compor e realizar sequências de elementos técnicos elementares em coreografias individuais e ou em grupo, aplicando os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições.</p> <p>No <b>Atletismo</b>, realizar e analisar saltos, corridas, lançamentos e marcha, cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento, não só como praticante, mas também como juiz.</p> <p><b>Modalidades Alternativas:</b>        Na <b>Patinação</b>, patinar adequadamente em combinações de deslocamentos e paragens, com equilíbrio e segurança, realizando as ações técnico-táticas elementares em jogo e as ações de composições rítmicas «individuais» e «a pares».</p>	<p><b>B-</b> Informação e comunicação;</p> <p><b>D-</b> Pensamento crítico e pensamento criativo;</p> <p><b>E-</b> Relacionamento interpessoal;</p> <p><b>F-</b> Desenvolvimento pessoal e autonomia;</p> <p><b>G-</b> Bem-estar, saúde e ambiente;</p> <p><b>I-</b> Saber técnico e tecnologias</p> <p><b>J-</b> Consciência e domínio do corpo.</p>	<p>Observação e Registo</p> <p>Fichas e Grelhas de Registo (Observação direta)</p> <p>Tabelas padrão de desempenho</p> <p>Questões de aula</p> <p>Trabalhos interdisciplinares no âmbito das DACS</p>
--------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	<p>Realizar com oportunidade e correção as ações técnico táticas elementares, nos <b>Jogos de Raquetas</b> (Badminton, Ténis e Ténis de Mesa) garantindo a iniciativa e ofensividade em participações «individuais» e «a pares», aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro.</p> <p>Realizar com oportunidade e correção as ações do domínio de oposição em <b>Atividade de Combate e Jogos de Oposição</b>, utilizando as técnicas elementares de projeção e controlo, com segurança (própria e do opositor) e aplicando as regras, quer como executante quer como árbitro.</p> <p>Realizar percursos (<b>Orientação</b>) elementares, utilizando técnicas de orientação e respeitando as regras de organização, participação, e de preservação da qualidade do ambiente.</p> <p>Na <b>Natação</b> deslocar-se com segurança no meio aquático, coordenando a respiração com as ações propulsivas específicas das técnicas selecionadas.</p> <p>Nos <b>Jogos Tradicionais Populares</b> praticar e conhecer de acordo com os padrões culturais característicos</p> <p>Colaborar nas situações de aprendizagem, demonstrando capacidade de trabalho, persistência, espírito desportivo e FAIR PLAY</p>		
<p><b>Aptidão Física (10%)</b></p>	<p>Desenvolver as capacidades motoras, evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbica, enquadradas na “zona saudável” de aptidão física do Programa Fitescola, para a sua idade e género.</p>		<p>Fichas e Grelhas de Registo (Observação direta) Tabelas padrão de desempenho</p>

	Aplicar processos de elevação do nível funcional da aptidão física.		Trabalhos interdisciplinares no âmbito das DACS
<b>Atitudes e Valores (10%)</b>	Respeitar colegas e professores. Cumprir as regras de sala de aula. Realizar as tarefas e respeitar os prazos. Apresentar o material necessário para a aula. Ser pontual.	<b>D-</b> Pensamento crítico e pensamento criativo <b>E-</b> Relacionamento interpessoal <b>F-</b> Desenvolvimento pessoal e autonomia <b>G-</b> Bem-estar, saúde e ambiente;	Fichas e Grelhas de Registo (Observação direta) Tabelas padrão de desempenho Trabalhos interdisciplinares no âmbito das DACS

**NOTAS:** - O caráter formativo ou classificatório das “Fontes de informação/Instrumentos de avaliação” depende da intencionalidade do professor;

- Será privilegiada a avaliação formativa.

## AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE MIRA

### Departamento de Expressões

### CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO

Disciplina de Educação Física – Secundário

Ano Letivo 2023/2024

ALUNOS COM ATESTADO MÉDICO

Domínios/ Ponderação na avaliação	Descritores de desempenho	Áreas de competências do perfil do aluno	Fontes de informação/ Instrumentos de avaliação
<b>Conhecimentos (70%)</b>	Identificar as capacidades físicas: Resistência, Força, Velocidade, Flexibilidade, Agilidade e Coordenação Geral. Relacionar aptidão física e saúde. Identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável. Adquirir e aplicar conhecimentos das modalidades abordadas. Preservar os recursos materiais.	<b>A-</b> Linguagem e textos; <b>B-</b> Informação e comunicação; <b>D-</b> Pensamento crítico e pensamento criativo; <b>E-</b> Relacionamento interpessoal; <b>F-</b> Desenvolvimento pessoal e autonomia;	Trabalhos de grupo/individuais Fichas de avaliação Fichas e Grelhas de Registo (Observação direta) Registo das intervenções Questionamento oral Trabalhos interdisciplinares no âmbito das DACS
<b>Atitudes e Valores (30%)</b>	Respeitar colegas e professores. Cumprir as regras de sala de aula. Realizar as tarefas e respeitar os prazos. Apresentar o material necessário para a aula. Ser pontual.	<b>G-</b> Bem-estar, saúde e ambiente.	Fichas e Grelhas de Registo (Observação direta) Tabelas padrão de desempenho Trabalhos interdisciplinares no âmbito das DACS

## Níveis de Proficiência

Domínios	0-5	6-7	8-9	10-11	12-13	14-15	16-17	18	19-20
<b>Aptidão Física</b>	<p>Revela índices de proficiência muito baixos na bateria de testes FIT-ESCOLA</p> <p>Não se enquadra na zona saudável.</p>		<p>Revela índices de proficiência baixos na bateria de testes FIT-ESCOLA</p> <p>Não se enquadra na zona saudável.</p>		<p>Revela índices de proficiência razoáveis na bateria de testes FIT-ESCOLA</p> <p>Enquadra-se na zona saudável.</p>		<p>Revela índices de proficiência elevados na bateria de testes FIT-ESCOLA</p> <p>Enquadra-se na zona saudável.</p>		<p>Revela índices de proficiência muito elevados na bateria de testes FIT-ESCOLA</p> <p>Enquadra-se na zona saudável.</p>
<b>Atividades Físicas</b>	<p>Revela uma fraca execução a nível técnico-tático.</p> <p>Revela uma fraca destreza motora.</p> <p>Nunca aplica os critérios de correção na execução técnica e no comportamento tático das tarefas propostas para</p>		<p>Revela uma baixa execução a nível técnico-tático.</p> <p>Revela uma baixa destreza motora.</p> <p>Aplica com dificuldade os critérios de correção técnica, comportamento tático e regulamentar das tarefas propostas para cada</p>		<p>Revela uma razoável execução a nível técnico-tático.</p> <p>Revela uma razoável destreza motora.</p> <p>Aplica, de forma regular, os critérios de correção técnica ou de realização tática e regulamentar das tarefas propostas, na maioria das</p>		<p>Revela uma boa execução a nível técnico-tático.</p> <p>Revela uma boa destreza motora.</p> <p>Aplica, muito satisfatoriamente, os critérios de correção na execução técnica e comportamento tático e regulamentar das tarefas propostas</p>		<p>Revela uma excelente execução a nível técnico-tático.</p> <p>Revela destreza motora de forma excelente.</p> <p>Aplica, plenamente, os critérios de correção na execução técnica e no comportamento tático, assim como nas exigências regulamentares</p>

	<p>cada atividade desportiva.</p> <p>Não executa as habilidades desportivas ou as mesmas são executadas apenas com ajuda, não sendo executadas autonomamente</p> <p>Não executa quaisquer processos de elevação do nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas</p>		<p>atividade desportiva</p> <p>As habilidades desportivas são executadas de modo imperfeito e sem sucesso, verificando-se ainda erros grosseiros em execuções motoras essenciais</p> <p>Executa com grandes dificuldades alguns dos processos de elevação do nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas.</p>		<p>atividades desportivas</p> <p>As habilidades desportivas são dominadas no essencial, de forma frequente, mas nem sempre aplicadas com objetividade, indo erros em execuções motoras essenciais</p> <p>Executa alguns dos processos de elevação do nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas.</p>		<p>para cada atividade desportiva</p> <p>As habilidades desportivas são dominadas, e conseguem ser já aplicadas com alguma eficiência; contudo, surgem pequenos erros em execuções motoras essenciais.</p> <p>Conhece e executa a maioria dos processos de elevação do nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas.</p>		<p>das tarefas propostas para cada uma das atividades desportivas</p> <p>As habilidades desportivas são dominadas, aplicadas com eficiência e transferidas para outros contextos, podendo, contudo, surgir alguns erros, em execuções motoras não essenciais ou pouco significativas</p> <p>Conhece e executa com sucesso os processos de elevação do nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas.</p>
<b>Conhecimentos</b>	Não conhece os fundamentos técnicos e táticos,		Não adquire os conhecimentos mínimos ,		Conhece e aplica, de forma regular, os fundamentos		Adquire, com evidência, os fundamentos		Aplica, plenamente, os fundamentos das unidades didáticas

<p>nem os regulamentos fundamentais das modalidades desportivas abordadas</p> <p>Manifesta desinteresse pela aprendizagem, não participando nas tarefas, quer na aula quer em casa</p> <p>Exprime-se com dificuldade, oralmente e por escrito, fazendo-o apenas quando solicitado</p> <p>Não realiza ou realiza os relatórios e trabalhos solicitados, sem qualquer cuidado na apresentação revelando grande dificuldade na sua execução e</p>			<p>revelando dificuldades na aquisição dos fundamentos técnico e táticos, assim como dos regulamentos fundamentais das modalidades desportivas abordadas</p> <p>Revela pouco interesse pela aprendizagem e nem sempre se responsabiliza pelas tarefas atribuídas, colaborando apenas quando solicitado</p> <p>Exprime-se com dificuldade, oralmente e por escrito</p> <p>Realiza os relatórios e trabalhos solicitados, revelando pouco cuidado na</p>		<p>técnicos, táticos e os regulamentos fundamentais das modalidades desportivas abordadas</p> <p>Revela interesse pela aprendizagem, responsabilizando-se pelas tarefas atribuídas e evidenciando iniciativa própria.</p> <p>Realiza os relatórios e trabalhos solicitados, com algum cuidado na apresentação, revelando pouca dificuldade na sua execução</p>		<p>técnicos e táticos e os regulamentos fundamentais das modalidades desportivas abordadas e mobiliza os conhecimentos adquiridos em novas situações.</p> <p>Revela curiosidade pelos temas abordados, evidenciando iniciativa própria</p> <p>Realiza os relatórios e trabalhos solicitados, com boa apresentação, não revelando dificuldade na sua execução.</p>	<p>abordadas, revelando sentido analítico/crítico, nas situações de avaliação.</p> <p>Adquire, com facilidade, os fundamentos técnicos e táticos, assim como os regulamentos fundamentais das modalidades desportivas abordadas e mobiliza os conhecimentos adquiridos em novas situações mais complexas</p> <p>Revela curiosidade e espírito crítico nos temas abordados, integrando os conhecimentos de modo interdisciplinar.</p> <p>Realiza os relatórios e trabalhos solicitados, com muito boa apresentação e correção, superando as expectativas.</p>
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------



	cumprimento de prazos.		apresentação, demonstrando alguma dificuldade na sua execução de forma autónoma.						
<b>Atitudes e Valores</b>	Revela um comportamento perturbador ao normal funcionamento da sala de aula. Recusa-se a realizar qualquer tarefa proposta. Nunca traz o material necessário para a aula. Não é pontual.		Revela um comportamento perturbador ao normal funcionamento da sala de aula. Nem sempre realiza as tarefas propostas. Nem sempre traz o material necessário para a aula. Nem sempre é pontual.		Revela um comportamento frequentemente adequado à sala de aula, respeitando colegas e professores. Traz sempre o material necessário para a aula. Nem sempre é pontual.		Revela um comportamento adequado à sala de aula, respeitando colegas e professores e envolvendo-se nas tarefas propostas. Traz sempre o material necessário para a aula. É pontual.		Revela um comportamento adequado à sala de aula, respeitando colegas e professores, envolve-se ativamente nas tarefas propostas. Traz sempre o material necessário para a aula. É pontual.

Nota: Sempre que um aluno não se integre completamente no nível de proficiência objetivamente descrito, ser-lhe-á atribuída a classificação correspondente ao nível intermédio, tendo em conta a maior proximidade ao nível inferior ou superior descrito.