

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO ESPECÍFICOS – Educação Física – Ensino Secundário 11º ano – 2019/2020

DOMÍNIOS	CONHECIMENTOS / CAPACIDADES (*)	DESCRIPTORIOS DE DESEMPENHO (*)	PERFIS DE COMPETÊNCIAS (**)	INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO (***)	PONDERAÇÃO
Saber/ Saber Fazer	<p>Área das Atividades Físicas</p> <p>SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (JDC) (duas matérias)</p> <p>SUBÁREAS GINÁSTICA E ATLETISMO (uma matéria)</p> <p>SUBÁREA ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS (ARE) (uma matéria)</p>	<p>Área das Atividades Físicas</p> <p>O aluno desenvolve as competências essenciais de nível INTRODUÇÃO em 4 matérias e de nível ELEMENTAR em 2 matérias, de diferentes subáreas.</p> <p>- Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo, nos Jogos Desportivos Coletivos (Basquetebol, Futebol, Andebol, Voleibol);</p> <p>- Realizar com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares em todas as funções, conforme a oposição em cada fase do jogo;</p> <p>- Aplicar as regras, não só como jogador, mas também como árbitro.</p> <p>- Compor, realizar e analisar esquemas individuais e em grupo da GINÁSTICA (Acrobática, Solo ou Aparelhos);</p> <p>- Aplicar os critérios de correção técnica, expressão e combinação das destrezas;</p> <p>- Apreciar os esquemas de acordo com esses critérios.</p> <p>- Realizar e analisar, no ATLETISMO, saltos, corridas, lançamentos e marcha, cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento, não só como praticante, mas também como juiz.</p> <p>- Apreciar, compor e realizar, nas Atividades Rítmicas Expressivas (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais), sequências de elementos técnicos elementares em coreografias individuais e ou em grupo;</p> <p>- Aplicar os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições.</p>	<p>JDC: A, B, C, D, E, F, G, H, I, e J</p> <p>Ginástica: A, B, C, D, E, F, G, H, I, e J</p> <p>Atletismo: A, B, C, D, E, F, G, H, I, e J</p> <p>ARE: A, B, C, D, E, F, G, H, I, e J</p>	<p>- Grelhas de registo de observação (desempenhos, arbitragens, apoio às atividades, outros) e</p> <p>- Trabalhos práticos, ou</p> <p>- Relatórios, ou</p> <p>- Trabalhos escritos, ou</p> <p>- Exposições orais, ou</p> <p>- Testes/Fichas/questionários de avaliação (escritos/digitais).</p>	<p>Área das Atividades Físicas</p> <p>65%</p>



	Nas SUBÁREAS RAQUETAS e OUTRAS (duas matérias)	<ul style="list-style-type: none"> - Realizar com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares, nos Jogos de RAQUETAS (Badminton 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; (OUTRAS): - Realizar percursos (Orientação) elementares, utilizando técnicas de orientação e respeitando as regras de organização, participação, e de preservação da qualidade do ambiente; - Praticar e conhecer Jogos Tradicionais Populares de acordo com os padrões culturais característicos. 	<p>Badminton/ Ténis mesa: A, B, C, D, E, F, G, H, I, e J</p> <p>Orientação A, B, C, D, E, F, G, H, I, e J</p> <p>JTP: A, B, C, D, E, F, G, H, I, e J</p>		
Saber/ Saber Fazer	<p>Área da Aptidão Física</p> <p>Ações motoras no âmbito das Capacidades Motoras Condicionais e Coordenativas.</p>	<p>Área da Aptidão Física</p> <p>Desenvolver capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola®, para a sua idade e sexo.</p>	A, B, C, D, E, F, G, H, I, e J	<ul style="list-style-type: none"> - Trabalhos/Testes Fitescola práticos, e - Grelhas de registo de observação (desempenhos, apoio às atividades, outros), ou Relatórios, ou Trabalhos escritos, ou Exposições orais; ou Testes/Fichas/questionários de avaliação. 	<p>Área da Aptidão Física</p> <p>25%</p>
Saber/ Saber Fazer	<p>Área dos Conhecimentos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Métodos e meios de treino; - Capacidades motoras; - Fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas; - Realização de atividade física em segurança. 	<p>Área dos Conhecimentos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Conhecer os métodos e meios de treino; - Conhecer capacidades motoras; - Conhecer e interpretar os fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas; - Utilizar os conhecimentos de modo a garantir a realização de atividade física em segurança - Dopagem e riscos de vida e/ou saúde; Doenças e lesões; Condições materiais, de equipamentos e de orientação do treino. 	A, B, C, D, E, F, G, H, I, e J	<ul style="list-style-type: none"> - Grelhas de registo de observação (desempenhos, arbitragens, apoio às atividades, outros) e - Trabalhos práticos, ou - Relatórios, ou - Trabalhos escritos, ou - Exposições orais, ou - Testes/Fichas/questionários de avaliação (escritos/digitais). 	<p>Área dos Conhecimentos</p> <p>5%</p>



Saber Estar /Saber Ser	Atitudes e Valores	Atitudes e Valores			Atitudes e Valores
	<p>Colaboração e Respeito pelos colegas (1%)</p> <p>Cumprimento das regras de bom funcionamento da aula (2%)</p> <p>Cumprimento das tarefas/responsabilização pelos materiais necessários à disciplina (2%)</p>	<p>O aluno, para cada um dos parâmetros e por período:</p> <ul style="list-style-type: none"> - cumpre sempre – obtém a pontuação total; - não cumpre 1 a 3 vezes – obtém metade da pontuação; - não cumpre 4 ou mais vezes – obtém 0%. 	A, B, C, D, E, F e G	Grelha de registo de observação de ocorrências	5%

Legenda:

(*) **Conhecimentos/Capacidades** (a escolha das matérias e conteúdos será sempre adaptada à especificidade de cada turma) - Níveis de acordo com as Aprendizagens Essenciais.

() Perfis de Competências:**

A – Linguagens e textos

B – Informação e Comunicação

C – Raciocínio e resolução de problemas

D – pensamento crítico e pensamento criativo

E – Relacionamento interpessoal

F – Desenvolvimento pessoal e autonomia

G – Bem-estar, saúde e ambiente

H – Sensibilidade estética e artística

I – Saber científico, técnico e tecnológico

J – Consciência e domínio do corpo

São abordados os perfis referidos em cada subárea, embora com maior incidência naqueles que estão realçados a **negrito**.

(*)** Consoante, atividades/tarefas, alunos, grupos, turmas ou instalações, poderão ser utilizados diferentes tipos de instrumentos ao serviço de cada domínio/parâmetro de avaliação. As matrizes de cada avaliação são sempre dadas a conhecer aos alunos.