

CRITÉRIOS E INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO DO AGRUPAMENTO – ANO LETIVO 2023-2024

Disciplina/Grupo: EDUCAÇÃO FÍSICA – 3.º Ciclo

	Parâmetros	Domínios Específicos da Área Disciplinar de EDUCAÇÃO FÍSICA	Descritores de desempenho	Ponderação	
				Parcial	Total
DOMÍNIOS	CONHECIMENTOS / CAPACIDADES	<p>Aptidão Física</p> <p>Resistência, Força, velocidade, Flexibilidade</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conhecimento científico, técnico e tecnológico • Comunicação • Pesquisa, seleção e tratamento da informação • Dimensão prática/ experimental • Pensamento crítico • Criatividade 	<ul style="list-style-type: none"> • Revela capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa Fitescola®, para a sua idade e sexo. • Identifica as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação (geral), de acordo com as características do esforço realizado. 	20%	80%
		<p style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">Atividades Físicas</p> <p>D. Coletivos AND, BAS, FUT, VOL</p> <p>D. Individuais ATL, GIN, PAT, DAN, NAT, RAQ</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Participa e coopera com os companheiros para o alcance do objetivo dos JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (Basquetebol, Futebol, Andebol, Voleibol), ajustando a iniciativa própria e as qualidades motoras na prestação, desempenhando com oportunidade e correção as ações solicitadas pelas situações de jogo, aplicando a ética do jogo e as suas regras. • Realiza do ATLETISMO, saltos, corridas e lançamentos, segundo padrões simplificados, e cumprindo corretamente as exigências elementares técnicas e regulamentares • Realiza da GINÁSTICA (Solo, Aparelhos, Rítmica), as destrezas elementares de solo, aparelhos e minitrampolim, em esquemas individuais e/ou de grupo, aplicando os critérios de correção técnica e expressão. • Patina com equilíbrio e segurança, ajustando as suas ações para orientar o seu deslocamento com intencionalidade e oportunidade na realização de sequências rítmicas, percursos ou jogos. • Interpreta sequências de habilidades específicas elementares das ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais), em coreografias individuais e/ou em grupo, aplicando os critérios de expressividade considerados, de acordo com os motivos das composições. • Desloca-se com segurança no MEIO AQUÁTICO (Natação), coordenando a respiração com as ações propulsivas específicas das técnicas selecionadas. 	60%	

CRITÉRIOS E INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO DO AGRUPAMENTO – ANO LETIVO 2023-2024

Disciplina/Grupo: EDUCAÇÃO FÍSICA – 3.º Ciclo

ATTITUDES	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Participação ▪ Responsabilidade ▪ Autonomia ▪ Relacionamento interpessoal 	<ul style="list-style-type: none"> • Cumpre as regras estabelecidas e informadas no início do ano letivo, no que diz respeito a pontualidade, material necessário, duches e caderneta. • Apresenta o material e equipamento necessário • Demonstra Interesse, Empenho, Participação e Cooperação nas aulas • Relaciona-se com cordialidade e respeito pelos seus professores e companheiros, quer no papel de parceiros quer no de adversários. • Conhece e aplica cuidados higiénicos, bem como as regras de segurança pessoal e dos companheiros, e de preservação dos recursos materiais. 	20%	20%
------------------	--	---	------------	------------

<p>Instrumentos de avaliação:</p> <p>Observação direta - Fichas de registo Teste prático - Fichas de registo de exercícios críticos</p> <p>Modelo adaptado de avaliação - Os alunos que por doença/lesão não podem participar na aula durante um período superior a 2 semanas, terão de apresentar um atestado médico que comprove o respetivo impedimento e serão alvo de um modelo de avaliação adaptado</p> <ul style="list-style-type: none"> • Trabalho individual-30% • Relatórios das aulas-20% • Teste escrito -30% <p>Nota: No final de cada semestre, a classificação final do aluno resulta da média ponderada de todas as classificações obtidas nos instrumentos de avaliação realizados até ao momento.</p>	<p>ÁREAS DE COMPETÊNCIA DO PERFIL DOS ALUNOS</p> <p>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.</p>	<p>VALORES</p> <p>Todas as crianças e jovens devem ser encorajados, nas atividades escolares, a desenvolver e a pôr em prática valores:</p> <p>a - Responsabilidade e integridade b - Excelência e exigência c - Curiosidade, reflexão e inovação d - Cidadania e participação e - Liberdade</p>
--	--	---