

DEPARTAMENTO DE EXPRESSÕES
CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO - Ensino Básico

EDUCAÇÃO FÍSICA - PIEF 2/3

Na disciplina de Educação Física, o aluno deve: 1. Participar ativamente em todas as situações e procurar o êxito pessoal e o do grupo. 2. Compreender as atividades físicas e as condições da sua prática e aperfeiçoamento como elementos de elevação cultural dos praticantes e da comunidade em geral, interpretando crítica e corretamente os acontecimentos na esfera da Cultura Física. 3. Identificar e interpretar os fenómenos da industrialização, urbanismo e poluição como fatores limitativos da aptidão física das populações e das possibilidades de prática das modalidades da cultura física. 4. Elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas gerais, particularmente, de resistência geral de longa e de média duração; da força resistente; da força rápida; da velocidade de reação simples e complexa, de execução, de deslocamento e de resistência; das destrezas geral e específica. 5. Conhecer e aplicar diversos processos de elevação e manutenção da condição física de uma forma autónoma no seu quotidiano. 6. Conhecer e interpretar fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas e aplicar regras de higiene e de segurança.

	DOMÍNIO	APRENDIZAGENS ESSENCIAIS	DESCRITORES do PERFIL do ALUNO	INSTRUMENTOS e TÉCNICAS	PONDERAÇÃO	
					PARCIAL	TOTAL
CONHECIMENTO E COMUNICAÇÃO	Atividades físicas	O aluno deve ser capaz de desenvolver as competências do nível introdução em 5 matérias de diferentes subáreas: - jogos desportivos coletivos (1 matéria); - jogos de raquetas (1 matéria); - atletismo, atividades rítmicas expressivas, atividades de exploração da natureza e outras (3 matérias).	Respeitador da diferença (A, B, E, F, H) Questionador e Comunicador (A, B, D, E, F, G, H, I, J)	Testagem Prova prática (1 por matéria)	25%	50%
	Aptidão física	O aluno deve ser capaz de desenvolver as suas capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na zona saudável de aptidão física do programa <i>fitescola</i> ®, para a sua idade e sexo.	Autoavaliador/ Heteroavaliador (transversal às áreas) (A, B, C, D, E, F, G, H, I, J) Participativo/ colaborador/ Cooperante/ Responsável/ Autónomo (B, C, D, E, F, G, I, J)	Testagem Prova prática Protocolo Fitescola (2 momentos diferentes)	15%	
	Conhecimentos	O aluno deve ser capaz de: - relacionar aptidão física e saúde e identificar os benefícios do exercício físico para a saúde;	Cuidador de si e do outro (B, E, F, G)	Testagem Questão aula (2 momentos diferentes)	10%	

DESENVOLVIMENTO PESSOAL E INTERPESSOAL	Responsabilidade (15%) Cooperação (10%) Participação (15%) Autonomia (10%)	A, B, C, D, E, F, G, H, I	- observação direta - grelhas de observação (1 por período)	50%
---	---	----------------------------------	--	------------

APURAMENTO DAS CLASSIFICAÇÕES EM CADA UM DOS PERÍODOS

Para o apuramento das classificações a atribuir em cada período são considerados os elementos de avaliação recolhidos desde o início do ano letivo, em cada um dos domínios.

Áreas de Competências do Perfil dos Alunos (ACPA):

- | | |
|---|--|
| 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 |
|---|--|

Alunos com Atestado Médico

(todo o ano letivo ou por períodos prolongados - mais de 3 semanas)

Domínio das matérias (50%)
1- Relatórios de aula (30%) 2- Questionamento durante as aulas (20%) Obs: As aulas que são objeto de relatório, são aquelas que o professor considerar que são pertinentes para a elaboração do mesmo.
Domínio do desenvolvimento pessoal e interpessoal (50%)

DIMENSÃO DA AVALIAÇÃO - CONHECIMENTO E COMUNICAÇÃO

DESCRITORES DE DESEMPENHO

NÍVEL 5	NÍVEL 4	NÍVEL 3	NÍVEL 2	NÍVEL 1
<p>O aluno demonstra competências do nível introdução em 5 matérias, de diferentes subáreas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - jogos desportivos coletivos (1 matéria); - ginástica (1 matéria); - atletismo, atividades rítmicas expressivas, patinagem e outras (3 matérias). <p>O aluno demonstra capacidades em <u>5 testes</u> de aptidão neuromuscular (abdominais, flexões de braços, impulsão horizontal, flexibilidade dos membros inferiores, velocidade 20m/40m, agilidade 4x10m) e de aptidão aeróbia (vaivém/milha), enquadradas na zona saudável de aptidão física do programa fitescola®, para a sua idade e sexo.</p> <p>O aluno <u>demonstra capacidades</u>, nas seguintes áreas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - relacionar aptidão física e saúde e identificar os benefícios do exercício físico para a saúde; - interpretar a dimensão sociocultural dos desportos na atualidade e ao longo dos tempos, nomeadamente os jogos olímpicos e paralímpicos. 	<p>NÍVEL INTERMÉDIO</p>	<p>O aluno demonstra competências do <u>nível introdução em 3 matérias</u>, de diferentes subáreas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - jogos desportivos coletivos (1 matéria); - ginástica (1 matéria); - atletismo, atividades rítmicas expressivas, patinagem e outras (3 matérias). <p>O aluno demonstra capacidades em <u>3 testes</u> de aptidão neuromuscular (abdominais, flexões de braços, impulsão horizontal, flexibilidade dos membros inferiores, velocidade 20m/40m, agilidade 4x10m) e de aptidão aeróbia (vaivém/milha), enquadradas na zona saudável de aptidão física do programa fitescola®, para a sua idade e sexo.</p> <p>O aluno <u>demonstra capacidade</u>, numa das seguintes áreas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - relacionar aptidão física e saúde e identificar os benefícios do exercício físico para a saúde; - interpretar a dimensão sociocultural dos desportos na atualidade e ao longo dos tempos, nomeadamente os jogos olímpicos e paralímpicos. 	<p>NÍVEL INTERMÉDIO</p>	<p>O aluno demonstra competências do <u>nível introdução em apenas 1 matéria</u>, de diferentes subáreas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - jogos desportivos coletivos (1 matéria); - ginástica (1 matéria); - atletismo, atividades rítmicas expressivas, patinagem e outras (3 matérias). <p>O aluno demonstra capacidade em <u>1 teste</u> de aptidão neuromuscular (abdominais, flexões de braços, impulsão horizontal, flexibilidade dos membros inferiores, velocidade 20m/40m, agilidade 4x10m) e de aptidão aeróbia (vaivém/milha), enquadradas na zona saudável de aptidão física do programa fitescola®, para a sua idade e sexo.</p> <p>O aluno <u>não demonstra capacidade em nenhuma das seguintes áreas</u>:</p> <ul style="list-style-type: none"> - relacionar aptidão física e saúde e identificar os benefícios do exercício físico para a saúde; - interpretar a dimensão sociocultural dos desportos na atualidade e ao longo dos tempos, nomeadamente os jogos olímpicos e paralímpicos.