

Educação Física | 3.º Ciclo
CRITÉRIOS GERAIS DE AVALIAÇÃO

A avaliação incide sobre as aprendizagens desenvolvidas pelos alunos, tendo por referência as Aprendizagens Essenciais e o Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória.

A avaliação assume um carácter contínuo e sistemático, espelhando a evolução manifestada pelo aluno ao longo do ano.

AVALIAÇÃO				
APRENDIZAGENS ESSENCIAIS CONHECIMENTOS, CAPACIDADES E ATITUDES		DESCRITORES DO PERFIL DOS ALUNOS	%	INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO
Área das Atividades Físicas	<p>SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS Coopera com os companheiros para o alcance do objetivo, nos JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS</p> <p>SUBÁREA GINÁSTICA Compõe, realiza e analisa na GINÁSTICA (Solo, Aparelhos, Rítmica), as destrezas elementares de acrobacia, dos saltos, do solo e dos outros aparelhos, em esquemas individuais e/ou de grupo, aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação, e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios</p> <p>SUBÁREAS ATLETISMO, ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS e OUTRAS Realiza e analisa o ATLETISMO, saltos, corridas, lançamentos, cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento, não só como praticante, mas também como juiz. Aprecia, compõe e realiza, as ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais), sequências de elementos técnicos elementares, em coreografias individuais e ou em grupo, aplicando os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições. Realiza com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares, nos JOGOS DE RAQUETES (<i>Badminton</i>), garantindo a iniciativa e ofensividade em participações «individuais» e «a pares», aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro.</p>	A, B, C, D, E, F, G, H, I, J	65%	<p>Fichas de avaliação e fichas de trabalho;</p> <p>Trabalhos produzidos pelo aluno, individualmente ou em grupo;</p> <p>Grelhas de registo de observação do professor</p>
Área da Aptidão Física	<p>Desenvolve 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.</p>		25%	

<p>Área dos Conhecimentos</p>	<p>Relaciona a aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras, a composição corporal, a alimentação, o repouso, a higiene, afetividade e a qualidade do meio ambiente.</p> <p>Identifica e interpreta os valores olímpicos e paralímpicos, compreendendo a sua importância para a construção de uma sociedade moderna e inclusiva.</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>10%</p>	
<p>ATITUDES E VALORES</p>				
<ul style="list-style-type: none"> - Assiduidade e pontualidade; - Empenho e participação na aula; - Colaboração e postura em aula; - Respeito pelas regras e normas; - Presença nas aulas com o material necessário. 				