

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO DA DISCIPLINA DE EDUCAÇÃO FÍSICA – 10º Ano

Ano Letivo 2020/2021

COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS (Perfil do aluno)	TEMA ORGANIZADOR/DOMÍNIO (em conformidade com o Doc. das Aprendizagens Essenciais)	PONDERAÇÃO	CONHECIMENTOS /CAPACIDADES (Descritores)	INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO
<ul style="list-style-type: none"> • Linguagens e textos. • Informação e comunicação. • Raciocínio e resolução de problemas . • Pensamento crítico e pensamento criativo. • Desenvolvimento pessoal e autonomia. • Bem-estar, saúde e ambiente. • Sensibilidade estética e artística • Saber científico, técnico e tecnológico . • Relacionamento interpessoal • Consciência e domínio do corpo 	<p><u>ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS 60%</u></p> <p>- SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS</p>	<p>80%</p>	<p>Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo, nos Jogos Desportivos Coletivos (Basquetebol, Futebol, Voleibol), 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>	<ul style="list-style-type: none"> - Questionamentos orais; - Fichas de avaliação; - Questões Aula; - Trabalhos individual, em pares ou em grupo; - Apresentações orais; - Portefólios; - Relatórios; - Registos de obs. direta (ex. interação oral); - (Outros definidos pelo professor(a) e/ou conselho de turma)
	<p>- SUBÁREAS GINÁSTICA</p>		<p>Compor, realizar e analisar esquemas individuais e em grupo da Ginástica (Acrobática, Solo ou Aparelhos), aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação das destrezas, e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios.</p>	
	<p>- SUBDOMÍNIOS DE OPÇÃO DANÇA, ATLETISMO E RAQUETES</p>		<p>Neste subdomínio poderão ser consideradas uma matéria da subárea dos Desportos de raquete e uma matéria da subárea das Atividades Rítmicas Expressivas Realizar e analisar provas combinadas no ATLETISMO, saltos, corridas, lançamentos, em equipa ou individualmente, cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento, não só como praticante, mas também como juiz</p>	

COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS (Perfil do aluno)	TEMA ORGANIZADOR/DOMÍNIO (em conformidade com o Doc. das Aprendizagens Essenciais)	PONDERAÇÃO	CONHECIMENTOS /CAPACIDADES (Descritores)	INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO
	<p><u>ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA</u> <u>10%</u></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>	
	<p><u>ÁREA DOS CONHECIMENTOS</u> <u>10%</u></p>		<p>O aluno deve ficar capaz de: Relacionar a Aptidão Física e Saúde, identificando os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras, a composição corporal, a alimentação, o repouso, a higiene, a afetividade e a qualidade do meio ambiente. Interpretar 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. Realizar a prestação de socorro a uma vítima de paragem cardiorrespiratória, no contexto das atividades físicas ou outro e interpretá-la como uma ação essencial, reveladora de responsabilidade individual e coletiva.</p>	

VALORES E ATITUDES - 20%				
DESCRITORES				
<ul style="list-style-type: none"> - Relacionamento interpessoal - Consciência e domínio do corpo 	<ul style="list-style-type: none"> - Responsabilidade e integridade - Excelência e exigência - Curiosidade, reflexão e inovação - Cidadania e participação - Liberdade 	ENSINO PRESENCIAL	<p>O aluno:</p> <ul style="list-style-type: none"> - é cumpridor e responsável (pontualidade, assiduidade, material necessário para as aulas). - respeita o ambiente de trabalho e os outros, não perturbando o desenvolvimento das atividades letivas. - utiliza adequadamente as instalações e o material escolar. - é perseverante perante as dificuldades. 	10%
			<ul style="list-style-type: none"> - é interventivo , empreendedor e colaborador. - demonstra respeito pela diversidade humana e age de acordo com princípios dos direitos humanos. - assume e responde pelas suas próprias ações. - age em função do bem comum, nomeadamente em questões ambientais. 	10%
		ENSINO A DISTÂNCIA	<p>O aluno:</p> <ul style="list-style-type: none"> - é cumpridor e responsável (pontualidade, assiduidade, material necessário às aulas, cumprimento de prazos); - respeita o ambiente de trabalho e as regras de comunicação, não perturbando o desenvolvimento das atividades letivas; - utiliza adequadamente as ferramentas e recursos digitais; - é perseverante perante as dificuldades; - apresenta uma postura e atitude adequadas ao contexto de sala de aula, de acordo com o código de conduta constante dos princípios orientadores do ensino a distância. 	10%
			<ul style="list-style-type: none"> - é interventivo, empreendedor e colaborador; - age de acordo com princípios dos direitos humanos; - assume e responde pelas suas próprias ações. 	10%

Observações:

As áreas de competências destacadas são transversais aos dois domínios (cognitivo/procedimental e socio afetivo) e prendem-se com o “Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória” (Despacho n.º 6478/2017, 26 de julho).

Os descritores de desempenho têm em conta as recomendações previstas nas “Aprendizagens Essenciais” (AE) referentes ao Ensino Básico e Secundário, homologadas pelo Despacho n.º 6944-A/2018, de 19 de julho.

Os critérios de avaliação da disciplina foram construídos com base na legislação em vigor: Portaria 223-A/2018.

Níveis de desempenho

MUITO INSUFICIENTE	INSUFICIENTE	SUFICIENTE	BOM	MUITO BOM
NÍVEL 1 / 0 - 4 Valores (0 – 19 %)	NÍVEL 2 / 5 - 9 Valores (20 – 49 %)	NÍVEL 3 / 10 a 13 Valores (50 – 69 %)	NÍVEL 4 / 14 - 17 Valores (70 – 89 %)	NÍVEL 5 / 18 - 20 Valores (90 – 100 %)
Nunca	Raramente	Com frequência	Com muita frequência	Sempre

OBS.: O nível atribuído aos alunos resulta da ponderação dos critérios de avaliação, cujo peso difere entre si.