



Juntos a Construir o Futuro!

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO 2022/2023

Domínios	Ponderação	Aprendizagens Específicas	Descritores do Perfil do Aluno à saída da escolaridade obrigatória	Instrumentos formais de avaliação*
<p>Domínio 1 (D1)</p> <p>Compreensão/aquisição e aplicação de conhecimentos.</p>	<p>15%</p>	<p>Relaciona 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.</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>Realiza 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 tendo por base as manobras de Suporte Básico de Vida.</p> <p>Conhece os métodos e meios de treino mais adequados ao desenvolvimento ou manutenção das diversas capacidades motoras.</p> <p>Conhece e interpreta os fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas utilizando esse conhecimento de modo a garantir a realização de atividade física em segurança.</p> <p>Conhece e utiliza os métodos e meios de treino mais adequados ao desenvolvimento ou manutenção das diversas capacidades motoras, de acordo com a sua aptidão atual e o estilo de vida, cuidando o doseamento da intensidade e duração do esforço, respeitando em todas as situações os princípios básicos do treino.</p> <p>Analisa criticamente aspetos gerais da ética na participação nas Atividades Físicas Desportivas, relacionando os interesses sociais, económicos, políticos e outros com algumas das suas “perversões”.</p>	<p>Conhecedor</p> <p>Comunicador</p> <p>Crítico</p> <p>Criativo</p> <p>Participativo / colaborador</p> <p>Respeitador da diferença</p> <p>Investigador</p> <p>Organizador</p> <p>Responsável</p> <p>Autónomo</p> <p>(A,B,C,D,E,F,G,H,I,J)</p>	<p>✓ Registos escritos:</p> <p>-Fichas/trabalhos de avaliação de conhecimentos.</p> <p>-Trabalhos práticos</p> <p>✓ Questionário oral</p>



Juntos a Construir o Futuro!

<p>Domínio 2 (D2)</p> <p>Técnicas e procedimentos específicos da disciplina.</p>	<p>75%</p>	<p>SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS: Coopera com os companheiros para o alcance do objetivo dos jogos desportivos coletivos, desempenhando com oportunidade e correção as ações solicitadas pelas situações de jogo, aplicando a ética do jogo e as suas regras.</p> <p>SUBÁREA GINÁSTICA: Compõe e 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, e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios.</p> <p>SUBÁREA ATLETISMO: Realiza, do Atletismo, saltos, corridas e lançamentos, segundo padrões simplificados, e cumprindo corretamente as exigências elementares técnicas e regulamentares.</p> <p>SUBÁREA PATINAGEM: 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.</p> <p>SUBÁREA RAQUETES: Realiza com oportunidade e correção as acções técnico táticas elementares, nos jogos de raquetes garantindo a iniciativa e ofensividade em participações «individuais» e «a pares», aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro.</p> <p>SUBÁREA ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS: Interpreta, nas 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.</p> <p>OUTRAS: Realiza percursos (Orientação) elementares, utilizando técnicas de orientação e</p>	<p>Sabedor</p> <p>Informado</p> <p>Comunicador</p> <p>Criativo</p> <p>Colaborador</p> <p>Respeitador da diferença</p> <p>Organizador</p> <p>Responsável</p> <p>Autónomo</p> <p>(A,B,C,D,E,F,G,H,I,J)</p>	<p>✓ Observação e/ou registo em grelha.</p> <p>Os dados para a avaliação serão recolhidos na observação do resultado de observação direta.</p>
---	------------	--	--	--

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE RESENDE



Juntos a Construir o Futuro!

Departamento Curricular: Expressões

Disciplina: Educação Física Ciclo de Ensino/ano(s) de escolaridade: Secundário

		respeitando as regras de organização, participação e de preservação da qualidade do ambiente. Desenvolve o gosto pela prática regular de atividade física.		
Domínio 3 (D3) ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA	10%	Desenvolve capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola, para a sua idade e género.	Sabedor Informado Colaborador Respeitador da diferença Responsável Autónomo (A,B,C,D,E,F,G,H,I,J)	Plataforma FITescola
Áreas de competência: 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				

*Os instrumentos de avaliação a aplicar serão adequados às características dos alunos da turma, pelo que poderão não ser utilizados todos os instrumentos identificados para cada domínio.

ALUNOS COM ATESTADO MÉDICO (DISPENSA PARCIAL)

DOMÍNIOS

ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA	ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS	ÁREA DOS CONHECIMENTOS
10%	75%	15%

ALUNOS COM ATESTADO MÉDICO (DISPENSA TOTAL)

DOMÍNIOS

ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA	ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS	ÁREA DOS CONHECIMENTOS
-----	-----	100%



Avaliação Sumativa				
Fraco	Insuficiente	Suficiente	Bom	Muito Bom
[0;4]	[5;9]	[10;13]	[14;17]	[18;20]
<p>Na definição da classificação final de cada período entram todas as competências anteriormente definidas, e avaliadas, nas respetivas ponderações, numa perspetiva de avaliação contínua, verificando-se o progresso do aluno e o seu empenhamento nas atividades propostas.</p> <p>A participação dos alunos, como intervenientes no processo de avaliação, assenta em mecanismos de auto e heteroavaliação. No final de cada período o aluno preenche uma ficha de autoavaliação que lhe permitirá desenvolver o espírito crítico, de responsabilidade e de autonomia.</p>				

Avaliação Sumativa

1º Período	2º Período	3º Período
$C_{1º} = A_{1º}$	$C_{2º} = (A_{1º} + A_{2º})/2$	$C_{3º} = (A_{1º} + A_{2º} + A_{3º})/3$

- “C_i” representa a classificação no final do período e a letra “A_i” a avaliação de cada período, correspondendo “i” ao 1º, 2º e 3º períodos.