



Departamento Curricular: Expressões

Grupo de Recrutamento: 260

Disciplina: Educação Física Ciclo de Ensino/ano(s) de escolaridade: 2º Ciclo

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO 2023 - 2024

Domínios Áreas de Competência	Ponderação	Aprendizagens essenciais	Descritores do perfil do aluno	Instrumentos Formais de avaliação
Compreensão/aquisição e aplicação de conhecimentos. A, B,E	15%	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.	<ol style="list-style-type: none">1. Participar ativamente em todas as situações e procurar o êxito pessoal e do grupo: a) Relacionando-se com cordialidade e respeito pelos seus companheiros, quer no papel de parceiros quer no de adversários; b) Aceitando o apoio dos companheiros nos esforços de aperfeiçoamento próprio, bem como as opções do(s) outro(s) e as dificuldades reveladas por ele(s); c) Interessando-se e apoiando os esforços dos companheiros com oportunidade, promovendo a ajuda para favorecer o aperfeiçoamento e satisfação própria e do(s) outro(s); d) Cooperando nas situações de aprendizagem e de organização, escolhendo as ações favoráveis ao êxito, segurança e bom ambiente relacional na atividade da turma; e).2. Conhecer e interpretar os fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas e aplicar as regras de higiene e de segurança.3. Conhecer e aplicar diversos processos de elevação e manutenção da condição física de uma forma autónoma no seu quotidiano, na perspetiva da saúde, qualidade de vida e bem-estar.4. Elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas gerais, particularmente de resistência geral de longa e média durações, da força resistente, da força rápida, da flexibilidade, da velocidade de reação	✓ Registos escritos: -Fichas/trabalhos de avaliação de conhecimentos. -Trabalhos práticos



Departamento Curricular: Expressões

Grupo de Recrutamento: 260

Disciplina: Educação Física Ciclo de Ensino/ano(s) de escolaridade: 2º Ciclo

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE RESENDE

			simples e complexa, de execução, de deslocamento e de resistência, e das destrezas geral e específica.	
Técnicas e procedimentos específicos da disciplina. A, B, C, D, E, F, G, H, I, J	75%	SUBÁREA JOGOS PRÉ-DESPORTIVOS E COLETIVOS: SUBÁREA GINÁSTICA: SUBÁREA ATLETISMO: SUBÁREA PATINAGEM: SUBÁREA RAQUETES:	<p>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>Compõe e realiza da Ginástica (Solo, Aparelhos), 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>Realiza, do Atletismo, saltos, corridas e lançamentos, segundo padrões simplificados, e cumprindo corretamente as exigências elementares técnicas e regulamentares.</p> <p>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>Realiza com oportunidade e correção as ações 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</p>	<p>✓ Observação e/ou registo emgreilha.</p> <p>Os dados para a avaliação serão recolhidos na observação do resultado de observação direta.</p>



Departamento Curricular: Expressões

Grupo de Recrutamento: 260

Disciplina: Educação Física Ciclo de Ensino/ano(s) de escolaridade: 2º Ciclo

		SUBÁREA ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS:	sequências de elementos técnicos elementares, em coreografias individuais e ou em grupo, aplicando os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições.	
ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA E, G, J	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.	Procura manter-se na Zona Saudável de Aptidão Física	Programa FITescola
Áreas de competências	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			

Avaliação sumativa

Nível 1	Nível 2	Nível 3	Nível 4	Nível 5	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. 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.
---------	---------	---------	---------	---------	--

Avaliação sumativa

1º período	2º Período	3º Período
C. F 1º P	<u>C. F 1ºP + 2 x (C. F 2ºP)</u> 3	<u>C. F 2ºP + 2 x (C. F 3ºP)</u> 3



Departamento Curricular: Expressões

Grupo de Recrutamento: 260

Disciplina: Educação Física

Ciclo de Ensino/ano(s) de escolaridade: 2º Ciclo

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE RESENDE

Perfis de aprendizagem

Níveis	Nível 5	Nível 4	Nível 3	Nível 2	Nível 1
Domínio		Intercalar		Intercalar	
Atividade Física	<p>Coopera 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.</p> <p>Compõe, realiza e analisa na GINÁSTICA (Solo, Aparelhos), as destrezas elementares 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>Realiza, no ATLETISMO, saltos, corridas e lançamentos, segundo padrões simplificados, e cumprindo corretamente as exigências elementares técnicas e regulamentares.</p> <p>Patina com equilíbrio e segurança, ajustando as suas ações para orientar o seu deslocamento com</p>		<p>Coopera com dificuldade 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.</p> <p>Compõe com dificuldade, realiza e analisa na GINÁSTICA (Solo, Aparelhos), as destrezas elementares 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. Realiza com dificuldade, no ATLETISMO, saltos, corridas e lançamentos, segundo padrões simplificados, e cumprindo corretamente</p>		<p>Não coopera 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.</p> <p>Não compõe, realiza e analisa na GINÁSTICA (Solo, Aparelhos), as destrezas elementares 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>Não realiza, no ATLETISMO, saltos, corridas e lançamentos, segundo padrões simplificados, e cumprindo corretamente as exigências elementares técnicas e regulamentares.</p> <p>Não patina com equilíbrio e segurança, ajustando as suas ações para orientar o seu deslocamento com</p>



Departamento Curricular: Expressões

Grupo de Recrutamento: 260

Disciplina: Educação Física

Ciclo de Ensino/ano(s) de escolaridade: 2º Ciclo

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE RESENDE

	<p>intencionalidade e oportunidade na realização de sequências rítmicas, percursos ou jogos.</p> <p>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>Realiza ações de oposição direta solicitadas de COMBATE (Luta), utilizando as técnicas fundamentais de controlo e desequilíbrio, com segurança (própria e do opositor), aplicando as regras e os princípios éticos.</p> <p>Realiza Percursos (Orientação) elementares, utilizando técnicas de orientação e respeitando as regras de organização, participação, e de preservação da qualidade do ambiente.</p> <p>Desloca-se com segurança no Meio Aquático (Natação), coordenando a respiração com as ações propulsivas específicas das técnicas selecionadas.</p>		<p>as exigências elementares técnicas e regulamentares.</p> <p>Patina com dificuldade 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>Interpreta com dificuldade, nas ATIVIDADES RÍTMICASE 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>Realiza com dificuldade ações de oposição direta solicitadas de COMBATE (Luta), utilizando as técnicas fundamentais de controlo e desequilíbrio, com segurança (própria e do opositor), aplicando as regras e os princípios éticos.</p> <p>Realiza com dificuldade Percursos (Orientação) elementares, utilizando técnicas de orientação e respeitando as regras de organização, participação, e de preservação da qualidade do ambiente.</p> <p>Desloca-se com dificuldade</p>		<p>intencionalidade e oportunidade na realização de sequências rítmicas, percursos ou jogos.</p> <p>Não 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>Não realiza ações de oposição direta solicitadas de COMBATE (Luta), utilizando as técnicas fundamentais de controlo e desequilíbrio, com segurança (própria e do opositor), aplicando as regras e os princípios éticos.</p> <p>Não realiza Percursos (Orientação) elementares, utilizando técnicas de orientação e respeitando as regras de organização, participação, e de preservação da qualidade do ambiente.</p> <p>Não se desloca com segurança no Meio Aquático (Natação), coordenando a respiração com as ações propulsivas específicas das técnicas selecionadas.</p>
--	--	--	--	--	--



Departamento Curricular: Expressões

Grupo de Recrutamento: 260

Disciplina: Educação Física

Ciclo de Ensino/ano(s) de escolaridade: 2º Ciclo

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE RESENDE

			propulsivas específicas das técnicas selecionadas.		
Aptidão Física	Desenvolve capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola, para a sua idade e sexo.		Desenvolve algumas capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola, para a sua idade e sexo.		Não desenvolve capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola, para a sua idade e sexo.
Conhecimentos	Identifica as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação (geral), de acordo com as características do esforço realizado. Interpreta as principais adaptações do funcionamento do seu organismo durante a atividade física.		Identifica com dificuldade as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação (geral), de acordo com as características do esforço realizado. Interpreta com dificuldade as principais adaptações do funcionamento do seu organismo durante a atividade física.		Não identifica as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação (geral), de acordo com as características do esforço realizado. Não interpreta as principais adaptações do funcionamento do seu organismo durante a atividade física.