



## DEPARTAMENTO DE EXPRESSÕES

### CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO 2022/2023

#### 2.º Ciclo do Ensino Básico – Educação Física

DOMÍNIOS	PONDERAÇÃO	APRENDIZAGENS ESPECÍFICAS	DESCRITORES DO PERFIL DOS ALUNOS	INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO
Atividades Físicas *	70%	<ul style="list-style-type: none"><li>Realizar com oportunidade e correção as destrezas/habilidades e/ou as ações técnico-táticas elementares de diferentes modalidades desportivas, nomeadamente:</li><li>JOGOS PRÉ-DESSPORTIVOS, JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (Basquetebol, Futebol, Andebol, Voleibol), GINÁSTICA (Solo, Aparelhos, Acrobática), ATLETISMO (saltos, corridas, lançamentos), PATINAGEM, ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS (Dança), JOGOS DE RAQUETES (Badminton);</li><li>Conhecer e aplicar corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento das diferentes modalidades desportivas.</li><li>Relacionar-se com cordialidade e respeito pelos seus companheiros, quer no papel de parceiros, quer no de adversários.</li><li>Cooperar e empenhar-se nas situações de aprendizagem e de organização, escolhendo as ações favoráveis ao êxito, segurança/higiene e bom ambiente relacional, no âmbito das atividades da turma.</li></ul>	<p>Participativo, colaborador, cooperante, responsável, autónomo.</p> <p>Conhecedor, sabedor.</p> <p>Criativo, expressivo</p> <p>Respeitador da diferença</p>	<p>Grelhas de observação direta</p> <p>Questionários</p> <p>Fichas de trabalho ou trabalhos de pesquisa individuais e/ou em grupo</p> <p>Relatórios de aula</p>
Aptidão Física *	20%	<ul style="list-style-type: none"><li>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.</li><li>Conhecer e aplicar alguns processos de elevação e manutenção da aptidão física associada à saúde.</li></ul>	<p>Questionador e comunicador</p>	<p>Testes escritos</p> <p>Testes FITescola e respetivas grelhas de registo/avaliação</p>
Conhecimentos	10%	<ul style="list-style-type: none"><li>Identificar as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação (geral), de acordo com as características do esforço realizado.</li><li>Interpreta as principais adaptações do funcionamento do seu organismo durante a atividade física.</li></ul>	<p>Autoavaliador, heteroavaliador</p>	<p>Fichas de auto, co e/ou heteroavaliação</p>

\* Nota: No caso dos alunos em situação prolongada de atestado médico, a ponderação e as aprendizagens específicas (ao nível cognitivo) destes domínios será agrupada à área dos conhecimentos ( $\Sigma = 100\%$ ).

## PERFIL DE APRENDIZAGENS

DOMÍNIOS	DESCRITORES DE NÍVEL DE DESEMPENHO				
	Nível 5	Nível 4	Nível 3	Nível 2	Nível 1
<b>Atividades Físicas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Executa com correção e eficácia as destrezas, habilidades e/ou ações técnico-táticas desportivas;</li> <li>- Conhece e aplica corretamente as regras e a terminologia das diferentes modalidades;</li> <li>- Resolve eficazmente as situações práticas que lhe deparam, quer individual quer coletivamente;</li> <li>- É um elemento preponderante na organização do seu grupo/equipa;</li> <li>- Cumpre, sempre, as normas de organização das atividades;</li> <li>- Cumpre, sempre, as normas de higiene e segurança;</li> <li>- Revela muito interesse e empenho em todas as atividades.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Executa com correção as destrezas, habilidades e/ou ações técnico-táticas desportivas;</li> <li>- Conhece e aplica as regras e a terminologia das diferentes modalidades, na maioria das situações;</li> <li>- Resolve, com alguma eficácia, as situações práticas que lhe deparam, quer individual quer coletivamente;</li> <li>- Integra-se num grupo/equipa e colabora ativamente na procura das melhores soluções;</li> <li>- Cumpre, com bastante regularidade, as normas de organização das atividades;</li> <li>- Cumpre, com bastante regularidade, as normas de higiene e segurança;</li> <li>- Revela interesse e empenho em quase todas as atividades.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Executa, ainda que com alguma incorreção, a generalidade das destrezas, habilidades e/ou ações técnico-táticas desportivas;</li> <li>- Conhece e aplica razoavelmente as regras e a terminologia das diferentes modalidades;</li> <li>- Resolve, com algumas dificuldades, grande parte das situações práticas que lhe deparam, quer individual quer coletivamente;</li> <li>- Integra-se, satisfatoriamente, num grupo/equipa;</li> <li>- Cumpre, na maioria das vezes, as normas de organização das atividades;</li> <li>- Cumpre, na maioria das vezes, as regras de higiene e segurança;</li> <li>- Revela, na maioria das vezes, interesse e empenho, pelas atividades.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apresenta muitas dificuldades na execução das destrezas, habilidades e/ou ações técnico-táticas desportivas;</li> <li>- Conhece apenas algumas regras e alguma terminologia própria de cada modalidade, que não aplica corretamente;</li> <li>- Tem dificuldades em resolver, com eficácia, as situações práticas que se lhe deparam, quer individual quer coletivamente;</li> <li>- Tem muitas dificuldades em integrar-se num grupo/equipa;</li> <li>- Cumpre, poucas vezes, as normas de organização das atividades;</li> <li>- Cumpre, poucas vezes, as normas de higiene e segurança;</li> <li>- Revela, poucas vezes, interesse e empenho, pelas atividades.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Não executa ou revela grandes dificuldades na execução das destrezas, habilidades e/ou ações técnico-táticas desportivas;</li> <li>- Não conhece as regras, nem a terminologia própria de cada modalidade;</li> <li>- Não resolve as situações práticas que se lhe deparam, quer individual, quer coletivamente;</li> <li>- Não consegue integrar-se num grupo/equipa;</li> <li>- Não cumpre as normas de organização das atividades;</li> <li>- Não cumpre as normas de higiene e segurança;</li> <li>- Não revela interesse, nem empenho, pelas atividades.</li> </ul>
<b>Aptidão Física</b>	- Encontra-se no perfil atlético da Zona Saudável de Aptidão Física, tendo como referência o FITescola.	- Encontra-se próximo do perfil atlético da Zona Saudável de Aptidão Física, tendo como referência o FITescola.	- Encontra-se na Zona Saudável de Aptidão Física, tendo como referência o FITescola.	- Encontra-se próximo da Zona Saudável de Aptidão Física, tendo como referência o FITescola.	- Encontra-se distante da Zona Saudável de Aptidão Física, tendo como referência o FITescola.
<b>Conhecimentos</b>	- Revela um muito bom domínio dos conhecimentos definidos para o ano de escolaridade.	- Revela um bom domínio dos conhecimentos definidos para o ano de escolaridade.	- Revela um domínio suficiente dos conhecimentos definidos para o ano de escolaridade.	- Revela um domínio insuficiente dos conhecimentos definidos para o ano de escolaridade.	- Revela um fraco domínio dos conhecimentos definidos para o ano de escolaridade.