

EDUCAÇÃO FÍSICA - 3º CICLO

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO	NÍVEIS DE DESEMPENHO				
	<i>Muito Bom</i> <i>Nível 5 (90-100%)</i> <i>18-20 valores</i>	<i>Bom</i> <i>Nível 4 (70-89%)</i> <i>14-17 valores</i>	<i>Suficiente</i> <i>Nível 3 (50-69%)</i> <i>10-13 valores</i>	<i>Insuficiente</i> <i>Nível 2 (20-49%)</i> <i>5-9 valores</i>	<i>Insuficiente</i> <i>Nível 1 (0-19%)</i> <i>0-4 valores</i>
<b>Conhecimento Científico</b>	Adquire e aplica <b>sempre/quase sempre</b> os conhecimentos e conceitos previstos nas aprendizagens essenciais, as metodologias e as técnicas ao nível dos domínios: <b>Atividades Física, Aptidão Física e Conhecimentos</b>	Adquire e aplica <b>muitas vezes</b> os conhecimentos e conceitos previstos nas aprendizagens essenciais, as metodologias e as técnicas ao nível dos domínios: <b>Atividades Física, Aptidão Física e Conhecimentos</b>	Adquire e aplica <b>algumas vezes</b> os conhecimentos e conceitos previstos nas aprendizagens essenciais, as metodologias e as técnicas ao nível dos domínios: <b>Atividades Física, Aptidão Física e Conhecimentos</b>	Adquire e aplica <b>poucas vezes</b> os conhecimentos e conceitos previstos nas aprendizagens essenciais, as metodologias e as técnicas ao nível dos domínios: <b>Atividades Física, Aptidão Física e Conhecimentos</b>	<b>Raramente</b> adquire e aplica os conhecimentos e conceitos previstos nas aprendizagens essenciais, as metodologias e as técnicas ao nível dos domínios: <b>Atividades Física, Aptidão Física e Conhecimentos</b>
<b>Comunicação</b>	Comunica <b>sempre/quase sempre com</b> correção, nas diferentes situações com clareza e pertinência. Produz materiais em diferentes formatos e expõe <b>sempre/quase sempre</b> o seu trabalho de forma adequada.	Comunica <b>muitas vezes</b> com correção, nas diferentes situações com clareza e pertinência. Produz materiais em diferentes formatos e expõe frequentemente o seu trabalho de forma adequada.	Comunica <b>algumas vezes</b> com correção, nas diferentes situações com clareza e pertinência. Produz materiais em diferentes formatos e expõe algumas vezes o seu trabalho de forma adequada.	Comunica <b>poucas vezes</b> com correção, nas diferentes situações com clareza e pertinência. Produz materiais em diferentes formatos e expõe poucas vezes o seu trabalho de forma adequada.	Comunica <b>com grandes dificuldades</b> . <b>Não</b> produz produtos em diferentes formatos e <b>não</b> expõe o trabalho que produz de forma adequada.
<b>Atitudes e Valores</b>	Revela <b>sempre/quase sempre</b> hábitos de pensamento crítico, contribuindo para o debate de ideias com posições bem fundamentadas e argumentações sólidas e pertinentes. Apresenta <b>sempre/quase sempre</b> ideias, diversificadas e originais. Evidencia <b>sempre/quase sempre</b> atitudes que demonstram um exercício de responsabilidade e de cidadania.	Revela <b>muitas vezes</b> hábitos de pensamento crítico, contribuindo para o debate de ideias com posições bem fundamentadas e argumentações sólidas e pertinentes. Apresenta muitas ideias, diversificadas e originais. Evidencia <b>muitas vezes</b> atitudes que demonstram um exercício de responsabilidade e de cidadania.	Revela a <b>algumas vezes</b> hábitos de pensamento crítico, contribuindo para o debate de ideias com posições bem fundamentadas e argumentações sólidas e pertinentes. Apresenta ideias, diversificadas e originais. Evidencia <b>algumas vezes</b> atitudes que demonstram um exercício de responsabilidade e de cidadania.	Revela <b>poucas vezes</b> hábitos de pensamento crítico. Apresenta <b>poucas vezes</b> ideias, diversificadas e originais. Evidencia <b>poucas vezes</b> atitudes que demonstram um exercício de responsabilidade e de cidadania.	<b>Não</b> revela hábitos de pensamento crítico. <b>Não</b> apresenta ideias diversificadas e originais. <b>Não</b> evidencia atitudes que demonstram um exercício de responsabilidade e de cidadania.

Áreas de Competência (PASEO)	Critérios de Avaliação	Domínios	Pesos / Ponderações	Descritores de desempenho	Instrumentos de Recolha de Informação
A. Linguagens e textos B. Informação e comunicação C. Raciocínio e resolução de problemas D. Pensamento crítico e criativo E. Relacionamento interpessoal F. Desenvolvimento pessoal e autonomia G - Bem-estar, saúde e ambiente H. Sensibilidade estética e	<b>Conhecimento Científico 60%</b>	ATIVIDADES FÍSICAS	70%	<p><b>7ºANO</b>                      O aluno desenvolve as competências essenciais para o 7º ano de escolaridade de nível INTRODUÇÃO em 5 matérias:                      SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (uma matéria)                      SUBÁREA GINÁSTICA (uma matéria)                      SUBÁREA ATLETISMO, ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS E OUTRAS (três matérias)</p> <p><b>8ºANO</b>                      O aluno desenvolve as competências essenciais para o 7º ano de escolaridade de nível INTRODUÇÃO em 5 matérias:                      SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (uma matéria)                      SUBÁREA GINÁSTICA (uma matéria)                      SUBÁREA ATLETISMO, ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS E OUTRAS (quatro matérias)</p> <p><b>9º ANO</b>                      O aluno desenvolve as competências essenciais para o 9º ano de escolaridade de nível INTRODUÇÃO em 5 matérias e de nível ELEMENTAR numa matéria:                      SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (duas matérias)                      SUBÁREA GINÁSTICA (uma matéria)                      SUBÁREA ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS (uma matéria)                      SUBÁREAS ATLETISMO, RAQUETAS E OUTRAS (duas matérias)</p>	Ficha de registo de observação em contexto de aula  Fichas de avaliação formativa e de avaliação sumativa  Observação direta: situações de jogo, exercícios critério e circuitos técnicos,  Questionamento na aula  Aplicação dos conhecimentos  Ficha de registo decorrentes do questionamento oral  Grelha de autoavaliação

<p>artística</p> <p>I. Saber científico, técnico e tecnológico</p> <p>J - Consciência e domínio do corpo</p>		<p>APTIDÃO FÍSICA</p>	<p>30%</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>Grelha de registo</p> <p>Observação direta:</p> <p>Vaivém ou milha</p> <p>Abdominais</p> <p>Flexões de braços</p> <p>Impulsão horizontal</p> <p>Flexibilidade dos membros inferiores</p> <p>Flexibilidade dos membros superiores</p> <p>IMC</p>
--	--	-----------------------	------------	--	--

	Comunicação 20%	CONHECIMENTOS	20%	<p><b>7º ANO</b> Relaciona Aptidão Física e Saúde, identifica os benefícios do exercício físico para a saúde. Interpreta a dimensão sociocultural dos desportos na atualidade e ao longo dos tempos, nomeadamente os jogos olímpicos e paralímpicos.</p> <p><b>8º ANO</b> Relaciona aptidão física e saúde e identifica os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras. Identifica e interpreta os valores olímpicos e paralímpicos, compreendendo a sua importância para a construção de uma sociedade moderna e inclusiva.</p> <p><b>9º ANO</b> Relaciona aptidão física e saúde e identifica os fatores associados a um estilo de vida saudável: capacidades motoras, a composição corporal, a alimentação, o repouso, a higiene e a qualidade do meio ambiente. Interpreta a dimensão sociocultural dos desportos e da atividade física na atualidade e ao longo dos tempos, identificando fenómenos: o sedentarismo e a evolução tecnológica, a poluição, o urbanismo e a industrialização.</p>	<p>Ficha de registo decorrentes do questionamento oral</p> <p>Apresentação de trabalhos dos conhecimentos</p> <p>Fichas de avaliação sumativa</p>
		<p><b>Responsabilidade</b> (Assiduidade, Pontualidade, Material Escolar)</p> <p><b>Relacionamento Interpessoal</b> (Cidadania Ativa, Cooperação, Comportamento)</p> <p><b>Interesse/Empenho</b> (Participação, Realização de Tarefas)</p>	<p>4</p> <p>8</p> <p>4</p>	20%	<p>É sempre assíduo, pontual e portador do equipamento necessário à prática das atividades físicas; Participa ativamente em todas as situações e procura o êxito pessoal e o do grupo; Relaciona-se com cordialidade e respeito pelos seus companheiros; Aceita o apoio dos companheiros nos esforços de aperfeiçoamento próprio; Interessa-se e apoia os esforços dos companheiros e promove a entreajuda; Cooperar nas situações de aprendizagem e de organização, escolhendo as ações favoráveis ao êxito, segurança e bom ambiente relacional na atividade da turma; Apresenta iniciativas e propostas</p>

		<b>Autonomia e Criatividade</b>	4		persoais de desenvolvimento da atividade individual e do grupo, considerando as que são apresentadas pelos companheiros com interesse e objetividade; Combina com os companheiros decisões e tarefas de grupo com respeito pelas possibilidades individuais.	
--	--	-------------------------------------	---	--	---	--