



AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE PORTO DE MÓS
CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO
GRUPO DISCIPLINAR 620 – EDUCAÇÃO FÍSICA – 3ºCiclo
Ensino Presencial/ensino misto/ensino à distância ANO LETIVO 2020-2021

Domínios	Descritores do Perfil dos alunos	Descritores de desempenho	Aprendizagens Essenciais (Temas, Conteúdos)	Instrumentos de recolha de dados Valorização (%)	Registo
Conhecimentos e Capacidades (80%)	Participativo/ Colaborador/ Cooperante/ Responsável/ Autónomo (B, C, D, E, F, G, I, J)	- Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo dos Jogos Desportivos Coletivos, 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.	Jogos desportivos coletivos – 7ºAno: Andebol, Voleibol, Basquetebol. (1) 8ºAno: Andebol, Voleibol (1) , Corfebol (1) , Basquetebol. 9ºAno: Andebol (1) , Futebol (1) , Voleibol, Basquetebol.	Observação Direta: ↳ Capacidades: Avaliação em: Exercício critério; Jogo colaborativo; Jogo reduzido; Sequência gímnica; Coreografia orientada. (50%) Aplicação da bateria de testes do FitEscola: Vaivém, Abdominais, Extensão de braços, Impulsão horizontal, flexibilidade e medição do peso, altura e perímetro abdominal. (20%) ↳ Conhecimentos : Trabalho Questionamento oral	Grelhas de: Registo e classificação.
	Respeitador da diferença (A, B, E, F, H)	- Realizar e analisar, do Atletismo, lançamentos, saltos e corridas, cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento, não só como praticante mas também como juiz.	Atletismo – 7ºAno: corridas e saltos. 8ºAno: lançamentos, corridas (1) e saltos (1) . 9ºAno: corridas (1) , lançamentos e saltos.		
	Questionador e Comunicador (A, B, D, E, F, G, H, I, J)	- Compor, realizar e analisar, da Ginástica, as destrezas elementares dos saltos, do solo e dos outros aparelhos,	Ginástica – 7ºAno: solo e		
Cuidador de si e do outro (B, E, F, G)					

Atitudes e Valores (20%)	Autoavaliador/ Heteroavaliador (transversal às áreas)	em esquemas individuais, aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação, e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios.	aparelhos. 8ºAno: solo, aparelhos. 9ºAno: solo (1) .	Ficha Teste de avaliação. (10%) ↳ Atitudes: É assíduo e pontual. Cumpre as normas e regulamentos da escola. (10%) Relaciona-se com cordialidade e respeito pelos colegas, cooperando e promovendo entreaajuda nas situações de organização da turma e de aprendizagem. (10%)	
		- Apreciar, compor e realizar sequências de elementos técnicos elementares da Dança em coreografias individuais e ou em grupo, aplicando os critérios de expressividade, de acordo com os padrões culturais característicos.	7º e 9ºAnos: Atividades Ritmicas Expressivas.		
		- Realizar com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares dos jogos de raquetas, garantindo a iniciativa e ofensividade em participações “individuais” e “a pares”, aplicando as regras, não só como jogador mas também como árbitro.	7º e 9ºAnos: Raquetas. 8ºAno: Raquetas. (1)		
		- Realizar com oportunidade e correção as ações do domínio de oposição em atividade de combate, utilizando as táticas elementares de projeção e controlo, com segurança (própria e do opositor) e aplicando as regras, quer como executante quer como árbitro.	7ºAno: Luta (1)		
		- Cooperar com os companheiros e realizar percursos de Orientação simples, a par e em equipa num espaço apropriado.	8ºAno: Orientação. 9ºAno: Orientação (1) .		
		- Praticar e conhecer jogos tradicionais populares de acordo com os padrões culturais característicos.	9ºAno: Jogos Tradicionais (1) .		

		<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 género.</p>	FitEscola: resistência, força, flexibilidade, composição corporal.		
		<p>7ºAno:- Relacionar aptidão física e saúde e identificar os benefícios do exercício físico para a saúde. - Interpretar a dimensão sociocultural dos desportos na atualidade e ao longo dos tempos, nomeadamente os jogos olímpicos e paralímpicos.</p> <p>8ºAno:- Identificar e interpretar os valores olímpicos e paralímpicos, compreendendo a sua importância para a construção de uma sociedade moderna e inclusiva.</p> <p>9ºAno:- Relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras, a composição corporal, a alimentação, o repouso, a higiene, afetividade e a qualidade do meio ambiente.</p>	Conteúdos teóricos abordados na aula.		

(1) Matérias que, opcionalmente, poderão ser abordadas.

Áreas de Competências do Perfil dos Alunos: **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; e **J**-Consciência e domínio do corpo.

Observações: **7º Anos** - DAC (6% - conhecimentos e capacidades + 4% - atitudes e valores) nas disciplinas que têm DAC os critérios definidos, neste domínio, serão apenas contabilizados no 3º período (a disciplina tem uma ponderação de 90% e as DAC de 10%).