

## CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO DISCIPLINA DE EDUCAÇÃO FÍSICA

2.º CICLO		
AE: CONHECIMENTOS, CAPACIDADES SESSANTITUDES	DOMÍNIOS/ PONDERAÇÃO	DESCRITORES
	Atividades Físicas 60%	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participa ativamente em todas as situações e procura o êxito pessoal e do grupo:               <ul style="list-style-type: none"> <li>- Relaciona-se com cordialidade e respeito pelos seus companheiros;</li> <li>- Aceita o apoio dos companheiros;</li> <li>- Cooperar nas situações de aprendizagem e de organização, escolhendo ações favoráveis de êxito, segurança e bom ambiente relacional, na atividade da turma;</li> <li>- Apresenta iniciativas e propostas pessoais de desenvolvimento da atividade individual e do grupo, considerando também as que são apresentadas pelos companheiros com interesse e objetividade;</li> <li>- Assume compromissos e responsabilidades de organização e preparação das atividades individuais e ou de grupo, cumprindo com empenho e brio as tarefas inerentes.</li> </ul> </li> <li>• Realiza habilidades básicas e ações técnico-táticas fundamentais, com oportunidade e correção de movimentos.</li> <li>• Participa em <b>JOGOS (Nível Avançado)</b>, ajustando a iniciativa própria e as qualidades motoras na prestação às possibilidades oferecidas pela situação de jogo e ao seu objetivo (passa; recebe; dribla; remata; marca; desmarca-se; cria linhas de passe; finta; esquivar-se; interceta; cria e aproveita situações de vantagem numérica; serve por baixo).</li> <li>• <b>BASQUETEBOL (Nível de Introdução)</b> - Desempenha com oportunidade e correção as ações solicitadas pelas situações de jogo, aplicando a ética do jogo e as suas regras (passa (de peito e picado)/ recebe; lança parado e na passada; dribla (parado e em progressão); marca/ desmarca-se; paragens e rotações sobre 1 apoio; participa no ressalto).</li> <li>• <b>FUTEBOL (Parte do Nível Elementar)</b> - Desempenha com oportunidade e correção as ações solicitadas pelas situações de jogo, aplicando a ética do jogo e as suas regras (passe/ receção; remate; condução de bola; marcação/ desmarcação; cabeceamento).</li> <li>• <b>VOLEIBOL (Nível Introdução)</b> - Desempenha com oportunidade e correção as ações solicitadas pelas situações de jogo, aplicando a ética do jogo e as suas regras (serviço por baixo; passe e manchete).</li> <li>• <b>ANDEBOL (Nível de Introdução)</b> - Desempenha com oportunidade e correção as ações solicitadas pelas situações de jogo, aplicando a ética do jogo e as suas regras (passe e receção em corrida, receção-remate em salto; drible-remate em salto; acompanha jogador com e sem bola; interceção).</li> <li>• <b>GINÁSTICA de SOLO (Nível de Introdução)</b> - Compõem e realiza as destrezas elementares de solo, em esquemas individuais e/ou de grupo, aplicando os critérios de correção técnica e expressão e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios (cambalhota à frente com pés juntos; cambalhota à frente num plano inclinado, com pernas afastadas e em extensão; cambalhota à retaguarda com pés juntos e afastadas e com pernas em extensão; subida para pino; roda; posições de flexibilidade e equilíbrio).</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>GINÁSTICA de APARELHOS</b> (Nível de Introdução) - Compõem e realiza as destrezas elementares aplicando os critérios de correção técnica e expressão e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios (salto ao eixo no boque; salto entre-mãos no boque ou plinto; cambalhota à frente no plinto; salto de vela no minitrampolim; na trave baixa marcha à frente e atrás, na ponta dos pés, meia-volta e salta a pés juntos.</li> <li>• <b>GINÁSTICA RÍTMICA</b> (Nível Introdução) - Compõem e realiza as destrezas elementares, aplicando os critérios de correção técnica e expressão e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios (saltita à corda no lugar e em progressão; recebe e lança a corda; executa escapadas)</li> <li>• <b>ATLETISMO (Nível Introdução):</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Realiza <b>SALTOS</b> segundo padrões simplificados, e cumprindo corretamente as exigências elementares técnicas e regulamentares (em comprimento, com técnica de voo na passada; em altura, com técnica de tesoura).</li> <li>- Realiza <b>CORRIDAS</b> segundo padrões simplificados, e cumprindo corretamente as exigências elementares técnicas e regulamentares (corrida de velocidades - 40 m; corrida de estafetas 4x50m; corrida de obstáculos).</li> <li>- Realiza <b>LANÇAMENTOS</b>, segundo padrões simplificados, e cumprindo corretamente as exigências elementares técnicas e regulamentares (Lançamento da bola; Lançamento do peso).</li> </ul> </li> <li>• <b>PATINAGEM (Parte Introdução)</b> - 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 (arranca para a frente, esquerda e direita; desliza para a frente; desliza de cócoras; trava em T).</li> <li>• <b>DANÇA (Parte Elementar)</b> - Interpreta sequências de habilidades específicas elementares (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais), em coreografias individuais e/ou em grupo, aplicando os critérios de expressividade considerados, de acordo com os motivos das composições.</li> </ul>
<p><b>Aptidão Física</b> 20%</p>	<p>Desenvolve capacidades motoras evidenciando aptidão aeróbia e muscular enquadrada na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola, para a sua idade e sexo.</p>
<p><b>Conhecimentos</b> 20%</p>	<p>Identifica as capacidades físicas: Resistência, Força, Velocidade, Flexibilidade, Agilidade e Coordenação (Geral), de acordo com as características do esforço realizado.</p>
<p>Nota: Um aluno é considerado no nível introdução ou elementar quando está apto a aprender um nível mais exigente do programa, respetivamente o nível elementar ou o avançado. De todas as matérias em que o aluno foi previamente avaliado, seleciona-se um conjunto de melhores matérias para o seu sucesso. Tal implica que todos os alunos são sujeitos a idênticos critérios de avaliação ao longo do ano nas várias matérias lecionadas, mas o conjunto das matérias escolhidas para determinar ou aferir o sucesso pode ser diferente de aluno para aluno.</p>	

### PROCEDIMENTOS DE RECOLHA DE EVIDÊNCIAS

Grelha de Registo: observação direta do desempenho do aluno em aula; testes físicos do FITescola; trabalho individual, de pares e/ou de grupo;  
 Ficha de Auto e Heteroavaliação (GOOGLE FORMS);  
 Questionário oral ou escrito;  
 Relatórios de Aula.

## CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO DISCIPLINA DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Alunos com dispensa\* da componente prática

\*Artigo 15.º da Lei n.º 51/2012 de 5 de setembro - Estatuto do Aluno e Ética Escolar

### 2.º Ciclo

2.º Ciclo		
AE : C O N H E C I M E N T O S , C A P A C I D A D E S E A T I V I D A D E S	DOMÍNIOS/ PONDERAÇÃO	DESCRITORES
	Intervenção em contexto de sala de aula 50%	<ul style="list-style-type: none"> <li>Participa ativamente em todas as situações e procura o êxito pessoal e do grupo:               <ul style="list-style-type: none"> <li>- Relaciona-se com cordialidade e respeito pelos seus companheiros;</li> <li>- Aceita o apoio dos companheiros;</li> <li>- Cooperar nas situações de aprendizagem e de organização, escolhendo ações favoráveis de êxito, segurança e bom ambiente relacional, na atividade da turma;</li> <li>- Apresenta iniciativas e propostas pessoais de desenvolvimento da atividade individual e do grupo, considerando também as que são apresentadas pelos companheiros com interesse e objetividade;</li> <li>- Assume compromissos e responsabilidades de organização e preparação das atividades individuais e ou de grupo, cumprindo com empenho e brio as tarefas inerentes.</li> </ul> </li> </ul>
	Conhecimentos 50%	Identifica as capacidades físicas: Resistência, Força, Velocidade, Flexibilidade, Agilidade e Coordenação (Geral), de acordo com as características do esforço realizado.
PROCEDIMENTOS DE RECOLHA DE EVIDÊNCIAS		
Questionário oral ou escrito; Relatórios de Aula. Ficha de Auto e Heteroavaliação (GOOGLE FORMS);		