

## CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO - Disciplina: Educação Física Ciclo de Ensino: 3º ciclo 8ºAnos

DOMÍNIOS	DESCRIPTORES DE DESEMPENHO	PERFIL DE APRENDIZAGEM DOS ALUNOS	ATIVIDADES/INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO	FATOR DE PONDERAÇÃO
<b>Conhecimentos (Saber)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conhecer os regulamentos específicos das atividades físicas desenvolvidas em aula, quer como praticante quer como juiz;</li> <li>- Relacionar Aptidão física e Saúde identificando os fatores associados a um estilo de vida saudável e os benefícios do exercício físico para a saúde.</li> <li>- Conhecer e identificar os aspetos históricos da atividade física, a sua dimensão sociocultural e a sua importância.</li> </ul> <p>Nota: será privilegiada uma lógica de trabalho de projeto e interdisciplinar desenvolvido, preferencialmente, no âmbito do Domínio de Autonomia Curricular (DAC).</p>	Questionador/ Comunicador (A, B, C, D, E, F, G)	<p><b>PROPORCIONAR ATIVIDADES FORMATIVAS QUE PERMITAM AO ALUNO:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Saber questionar uma situação;</li> <li>- Desenvolver ações de comunicação verbal e não verbal multidirecional;</li> <li>- Aceitar e argumentar pontos de vista diferentes;</li> <li>- Promover estratégias que induzam respeito por diferenças de características, crenças ou opiniões.</li> </ul> <p><b>INTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Questionamento oral; trabalhos de projeto/pesquisa; fichas/teste.</li> <li>- DAC (avaliado dentro da Área onde for desenvolvido).</li> </ul>	<b>CONHECIMENTOS</b> 10%
<b>Capacidades (Saber Fazer)</b>	<p>O aluno desenvolve as competências essenciais para o 8º ano de escolaridade de nível INTRODUÇÃO em 6 matérias, de diferentes subáreas de acordo com as seguintes opções:</p> <p><b>SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (uma matéria)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cooperar com os companheiros para o alcance dos objectivos dos jogos (Andebol, Voleibol e Futebol);</li> <li>- Realizar as ações técnico-táticas elementares em todas as funções, conforme a oposição e fase do jogo;</li> <li>- Aplicar as regras como jogador e como árbitro.</li> </ul> <p><b>SUBÁREAS GINÁSTICA (uma matéria)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Realizar e analisar na GINÁSTICA as destrezas elementares dos elementos de Solo e Aparelhos em sequências gímnicas e Acrobática aplicando os critérios de correção técnica e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios.</li> </ul> <p><b>SUBÁREAS ATLETISMO, ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS, E ATIVIDADES EXPLORAÇÃO DA NATUREZA (quatro matérias)</b></p> <p><b>SUBÁREA ATLETISMO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Realizar e analisar saltos, lançamentos e corridas cumprindo corretamente as exigências elementares técnicas como praticante e como juiz.</li> </ul>	<p>Conhecedor/ Sabedor/ Culto/ Informado (A, B, C, G, I, J)</p> <p>Expressivo/ Cuidador (A, C, , E, F, I, J)</p>	<p><b>PROPORCIONAR ATIVIDADES FORMATIVAS QUE PERMITAM AO ALUNO:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Analisar e interpretar a atividade física através dos conhecimentos sobre técnica, organização, participação e ética desportiva;</li> <li>- Realizar tarefas associadas à compreensão e mobilização de conhecimentos;</li> <li>- Estabelecer relações intra e interdisciplinares;</li> <li>- Utilizar conhecimentos para participar e resolver problemas em contextos diferenciados.</li> </ul> <p><b>PROPORCIONAR ATIVIDADES FORMATIVAS QUE PERMITAM AO ALUNO:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cooperar com os companheiros nas ajudas e correções na realização das destrezas gímnicas garantindo a sua segurança e a dos companheiros.</li> <li>- Colaborar na preparação arrumação e preservação do material.</li> </ul> <p><b>PROPORCIONAR ATIVIDADES FORMATIVAS QUE PERMITAM AO ALUNO:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Explorar o espaço, ritmos, música e relações interpessoais;</li> <li>- Analisar os seus desempenhos e o dos outros, dando e aceitando sugestões de melhorias;</li> </ul>	<b>ATIVIDADES FÍSICAS</b> 50%

	<p><b>SUBÁREA ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS</b> Apreciar e realizar Danças Tradicionais e de Sociais em seqüências de elementos técnicos elementares, em coreografias de grupo, aplicando os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições.</p> <p><b>SUBÁREA ATIVIDADES EXPLORAÇÃO DA NATUREZA</b> Realizar percursos (orientação) Elementares utilizando técnicas de orientação e respeitando as regras de organização, participação e de preservação da qualidade do ambiente.</p> <p><b>SUBÁREA APTIDÃO FÍSICA</b> - 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 através da aplicação dos testes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Flexibilidade dos membros inferiores;</li> <li>- Força superior;</li> <li>- Força média;</li> <li>- Aptidão aeróbia.</li> </ul>	<p>Expressivo/ Indagador/ Investigador/ Sistematizador (A, B, C, D, E, F, G, H, I, J) Auto e Heteroavaliador (Transversal às áreas)</p> <p>Cuidador de si e dos outros. (B, E, F, G)</p>	<p>- Analisar factos, situações, identificando os seus elementos ou dados, em particular numa perspetiva disciplinar e interdisciplinar ;</p> <p>- Analisar e criar textos ou outros suportes, que lhe permitam enriquecer os seus conhecimentos sobre as matérias abordadas;</p> <p>- Identificar aspetos críticos que permitam a melhoria do seu desempenho e do desempenho dos outros.</p> <p><b>INTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO:</b></p> <p>- Fichas de registo de observação direta; auto e heteroavaliação dos alunos.</p> <p><b>PROPORCIONAR ATIVIDADES FORMATIVAS QUE PERMITAM AO ALUNO:</b></p> <p>- Aplicar processos de elevação do nível funcional da Aptidão física;</p> <p>- Reforçar o gosto pela prática regular de atividade física;</p> <p>- Conhecer e aplicar as regras de segurança pessoal e dos companheiros.</p> <p><b>INTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO:</b></p> <p>- Testes de Aptidão Física - da Bateria FITescola.</p>	<p><b>ATIVIDADES FÍSICAS</b> 50%</p> <p><b>APTIDÃO FÍSICA</b> (10%)</p>
<p><b>Atitudes e Valores</b>  <b>(Saber Ser)</b></p>	<p><b>ATITUDES</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Realiza as tarefas propostas e procurar o êxito pessoal e do grupo;</li> <li>- Envolve-se nas tarefas da aula;</li> <li>- Cumpre os prazos estipulados;</li> <li>- Apresenta os materiais necessários à aula;</li> <li>- Respeita as normas de funcionamento das aulas e das instalações;</li> <li>- Considerar as propostas apresentadas pelos companheiros;</li> <li>- Assumir compromissos e responsabilidade de organização, cooperar, participar, colaborar, aceitar as suas falhas e as dos outros;</li> <li>- Agir com cordialidade respeito;</li> <li>- Cumprir e fazer cumprir regras de participação e de arbitragem, de preservação do ambiente e dos materiais;</li> <li>- Ser cuidador de si e dos outros (cuidados de higiene, regras de segurança, gosto pela prática da atividade física);</li> <li>- Respeitar a diferença.</li> </ul>	<p>(A, B, E, F, G)</p>	<p><b>PROPORCIONAR ATIVIDADES FORMATIVAS QUE PERMITAM AO ALUNO:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Conhecer e aplicar as regras de higiene;</li> <li>- Conhecer e aplicar as regras de segurança pessoal e dos companheiros;</li> <li>- Conhecer e aplicar as regras de preservação dos recursos materiais e do ambiente;</li> <li>- Reforçar o gosto pela atividade física.</li> </ul> <p><b>INTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Observação direta.</li> <li>- Auto e heteroavaliação</li> </ul>	<p><b>ATITUDES</b> (30%)</p> <p>*Atitudes, hábitos e Valores – 20%;</p> <p>*Faltas de Material -10%</p>

**Nota: As atividades desenvolvidas nos domínios da autonomia curricular (DAC) serão consideradas na avaliação da disciplina.**