

CRITÉRIOS ESPECÍFICOS DE AVALIAÇÃO DA DISCIPLINA DE EDUCAÇÃO FÍSICA – 7º ANO
Ensino Básico 2.º, 3.º/Secundário Ciclo de Escolaridade 2021-2022

Domínio/Áreas Temas	Aprendizagens Específicas / Aprendizagens Essenciais	Descritores do perfil dos alunos	Instrumentos de avaliação	Domínios Quantificação
ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS	<ul style="list-style-type: none"> • SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS – Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo, nos JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (Andebol, Voleibol), 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. • SUBÁREA GINÁSTICA – Compor, realizar e analisar da GINÁSTICA (Solo e Aparelhos: EBSDD- Minitrampolim/ Boque/ Plinto e Trave; EBAVL- Minitrampolim/ Boque/Plinto) as destrezas elementares de acrobacia, dos saltos, do solo e dos outros aparelhos, em esquemas individuais e/ou de grupo, aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação, e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios. • SUBÁREAS ATLETISMO, PATINAGEM, ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS E OUTRAS – Realizar e analisar do ATLETISMO, saltos e corridas (resistência, velocidade e salto em altura), cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento, não só como praticante, mas também como juiz. Realizar PERCURSOS (Orientação) elementares, utilizando técnicas de orientação e respeitando as regras de organização, participação, e de preservação da qualidade do ambiente. Deslocar-se com segurança no MEIO AQUÁTICO (Natação - EBSDD), coordenando a respiração com as ações propulsivas específicas das técnicas selecionadas. Realizar com oportunidade e correção as ações técnico táticas elementares, nos JOGOS DE RAQUETES (Badminton) garantindo a iniciativa e ofensividade em participações «individuais» e «a pares», aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro. 	<ul style="list-style-type: none"> • Respeitador da diferença: (A, B, E, F, H) • Questionador e comunicador: (A, B, D, E, F, G, H, I, J) • Autoavaliador / Heteroavaliador: (Transversal às áreas) • Participativo / Colaborador / Cooperante / Responsável / Autônomo: (B, C, D, E, F, G, I, J) • Cuidador de si e dos outros: (B, E, F, G) • Conhecedor/sabedor/ culto/informado: (A, B, G, I, J) • Criativo/Expressivo: (A, C, D, J) • Crítico/Analítico: (A, B, C, D, G) 	<ul style="list-style-type: none"> • Observação Direta • Grelhas de registo • Testes práticos 	<p>45% (25% enquanto durar a situação pandémica)</p>
ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA			<ul style="list-style-type: none"> • Bateria <i>Fitescola</i> 	<p>10% (30% enquanto durar a situação pandémica)</p>

	<ul style="list-style-type: none"> Desenvolver capacidades motoras que evidenciem aptidão muscular e aeróbia, enquadradas na ZSAF do programa <i>Fitescola</i>, para a sua idade e sexo. 			
--	---	--	--	--

Domínio/Áreas Temas	Aprendizagens Específicas / Aprendizagens Essenciais	Descritores do perfil dos alunos	Instrumentos de avaliação	Domínios Quantificação
ÁREA DOS CONHECIMENTOS	<ul style="list-style-type: none"> Conhecer o objetivo dos jogos e as suas principais regras. Conhecer a função e o modo de execução das ações técnicas dos Jogos e o modo de execução das destrezas/ações motoras realizadas. Apresentar propostas de desenvolvimento da atividade individual e do grupo, considerando com interesse e objetividade as que são apresentadas pelos companheiros. Relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras. Identificar e interpretar os valores olímpicos e paralímpicos, compreendendo a sua importância para a construção de uma sociedade moderna e inclusiva. Conhecer diversos processos de elevação e manutenção da condição física na perspetiva da saúde, qualidade de vida e bem-estar. Conhecer e interpretar fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas assim como as regras de higiene e de segurança 	<ul style="list-style-type: none"> Indagador/ Investigador/ Sistematizador/ organizador: (A, B, C, D, F, H, I, J) <p>LEGENDA: 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 artística I- Saber científico, técnico e tecnológico J-Consciência e domínio do corpo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Fichas de avaliação Trabalhos de pesquisa DAC 	<p>15% (DAC 10% Outros 5%)</p>
ÁREA DAS ATITUDES	<ul style="list-style-type: none"> Responsabilidade (pontualidade, empenho, cumprimento das normas e instruções estabelecidas, respeito pelos materiais da aula e apresentação do material necessário, Cumprimento das tarefas propostas dentro dos prazos definidos e participação adequada). Autonomia (incide na participação na atividade escolar, na persistência/ perseverança na superação das dificuldades, no rigor na concretização das atividades propostas, no gosto pelo estudo e vontade em evoluir, curiosidade e iniciativa, tomada de decisões e 		<ul style="list-style-type: none"> Observação Direta Grelhas de registo 	<p>30%</p>

	<p>reflexão sobre as mesmas, espírito de observação, sentido crítico e capacidade de se autoavaliar e de heteroavaliar).</p> <ul style="list-style-type: none"> Trabalho colaborativo (contribuição para a concretização de tarefas comuns, respeito pela opinião e ações dos outros, espírito de entreajuda, explicitação dos seus pontos de vista e participação na avaliação dos procedimentos e resultados. 				
--	--	--	--	--	--

	Descritores de desempenho	Parâmetros	Classificação
RE SP O NS A B I L I D A D E 10 %	O aluno não é pontual e não cumpre as normas e as instruções estabelecidas. Não respeita os materiais e equipamentos e não apresenta o material necessário. Não cumpre as tarefas propostas dentro dos prazos definidos e não participa de forma adequada.	Fraco	1 a 2%
	O aluno raramente é pontual e raramente cumpre as normas e as instruções estabelecidas. Por vezes não respeita os materiais e equipamentos e frequentemente não apresenta o material necessário. Poucas vezes cumpre as tarefas propostas dentro dos prazos definidos e raramente participa de forma adequada.	Não Satisfaz	3 a 4%
	O aluno é pontual e cumpre quase sempre as normas e as instruções estabelecidas. Respeita os materiais e equipamentos e apresenta regularmente o material necessário. Cumpre as tarefas propostas dentro dos prazos definidos e participa habitualmente de forma adequada.	Satisfaz	5 a 6%
	O aluno é muito pontual e cumpre as normas e as instruções estabelecidas. Respeita sempre os materiais e equipamentos e apresenta regularmente o material necessário. Cumpre as tarefas propostas dentro dos prazos definidos e participa sempre de forma adequada.	Bom	7 a 8%
	O aluno é muito pontual e cumpre com entusiasmo as normas e as instruções estabelecidas. Respeita sempre os materiais e equipamentos e apresenta sempre o material necessário. Cumpre rigorosamente as tarefas propostas dentro dos prazos definidos e participa sempre de forma muito adequada.	Muito bom	9 a 10%

	Descritores de desempenho	Parâmetros	Classificação
A U T	O aluno não participa nas atividades escolares com persistência e perseverança para superar as dificuldades. Não revela rigor e autoconfiança na concretização das atividades propostas. Não demonstra gosto pelo estudo e nem vontade de evoluir. Não manifesta curiosidade e iniciativa, não toma decisões e nem reflete sobre as mesmas. Não tem espírito de observação nem sentido crítico. Não é capaz de se autoavaliar e de heteroavaliar.	Fraco	1 a 2%

O N O M I A 10 %	O aluno raramente participa nas atividades escolares com persistência e perseverança para superar as dificuldades. Poucas vezes revela rigor e autoconfiança na concretização das atividades propostas. Quase nunca demonstra gosto pelo estudo e vontade de evoluir. Raramente manifesta curiosidade e iniciativa, raramente toma decisões e reflete sobre as mesmas. Por vezes tem espírito de observação e sentido crítico. Ocasionalmente, é capaz de se autoavaliar e de heteroavaliar.	Não Satisfaz	3 a 4%
	O aluno participa nas atividades escolares com persistência e perseverança para superar as dificuldades. Revela rigor e autoconfiança na concretização das atividades propostas. Demonstra gosto pelo estudo e vontade de evoluir. Manifesta curiosidade e iniciativa, toma decisões e reflete sobre as mesmas. Tem espírito de observação e sentido crítico. É capaz de se autoavaliar e de heteroavaliar.	Satisfaz	5 a 6%
	O aluno participa nas atividades escolares com evidente persistência e perseverança para superar as dificuldades. Revela sempre rigor e autoconfiança na concretização das atividades propostas. Demonstra sempre gosto pelo estudo e vontade de evoluir. Manifesta, muitas vezes, curiosidade e iniciativa, frequentemente toma decisões e reflete sobre as mesmas. Tem sempre espírito de observação e sentido crítico. É capaz de se autoavaliar e de heteroavaliar.	Bom	7 a 8%
	O aluno participa nas atividades escolares com muita persistência e perseverança para superar as dificuldades. Revela sempre rigor e autoconfiança na concretização das atividades propostas. Demonstra muito gosto pelo estudo e muita vontade de evoluir. Manifesta sempre curiosidade e iniciativa, toma decisões e reflete sobre as mesmas. Tem um claro espírito de observação e um apurado sentido crítico. É sempre capaz de se autoavaliar e de heteroavaliar.	Muito bom	9 a 10%
Descritores de desempenho		Parâmetros	Classificação
TR A B A L H O C O L A B O R A T I V O 10 %	O aluno não contribui para a concretização de tarefas comuns. Não respeita a opinião dos outros e as ações dos outros. Não demonstra espírito de entreajuda. Nunca explicita os seus pontos de vista e não participa na avaliação dos procedimentos e resultados.	Fraco	1 a 2%
	O aluno raramente contribui para a concretização de tarefas comuns. Raramente respeita a opinião dos outros e as ações dos outros. Poucas vezes demonstra espírito de entreajuda. Raramente explicita os seus pontos de vista e quase nunca participa na avaliação dos procedimentos e resultados.	Não Satisfaz	3 a 4%
	O aluno contribui para a concretização de tarefas comuns. Respeita a opinião dos outros e as ações dos outros. Demonstra espírito de entreajuda. Explicita os seus pontos de vista e participa na avaliação dos procedimentos e resultados.	Satisfaz	5 a 6%
	O aluno contribui sempre para a concretização de tarefas comuns. Respeita sempre a opinião dos outros e as ações dos outros. Demonstra grande espírito de entreajuda. Explicita sempre os seus pontos de vista e participa na avaliação dos procedimentos e resultados.	Bom	7 a 8%
	O aluno contribui claramente para a concretização de tarefas comuns. Respeita sempre a opinião dos outros e as ações dos outros. Demonstra sempre grande espírito de entreajuda. Explicita sempre e com convicção os seus pontos de vista e participa sempre na avaliação dos procedimentos e resultados.	Muito bom	9 a 10%