

DEPARTAMENTO DE EXPRESSÕES
CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO - 3º Ciclo

9ºAno / EDUCAÇÃO FÍSICA

Na disciplina de Educação Física, o aluno deve: 1. Participar ativamente em todas as situações e procurar o êxito pessoal e o do grupo. 2. Compreender as atividades físicas e as condições da sua prática e aperfeiçoamento como elementos de elevação cultural dos praticantes e da comunidade em geral, interpretando crítica e corretamente os acontecimentos na esfera da Cultura Física. 3. Identificar e interpretar os fenómenos da industrialização, urbanismo e poluição como fatores limitativos da aptidão física das populações e das possibilidades de prática das modalidades da cultura física. 4. Elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas gerais, particularmente, de resistência geral de longa e de média duração; da força resistente; da força rápida; da velocidade de reação simples e complexa, de execução, de deslocamento e de resistência; das destrezas geral e específica. 5. Conhecer e aplicar diversos processos de elevação e manutenção da condição física de uma forma autónoma no seu quotidiano. 6. Conhecer e interpretar fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas e aplicar regras de higiene e de segurança.

DOMÍNIO	APRENDIZAGENS ESSENCIAIS	DESCRITORES do PERFIL do ALUNO	INSTRUMENTOS e TÉCNICAS	PONDERAÇÃO		
				PARCIAL	TOTAL	
CONHECIMENTO E COMUNICAÇÃO	Atividades físicas	O aluno deve ser capaz de desenvolver as competências do nível introdução em 5 matérias e do nível elementar em 1 matéria, de diferentes subáreas: - jogos desportivos coletivos (2 matérias); - ginástica (1 matéria); - atividades rítmicas expressivas (1 matéria); - atletismo, patinagem, raquetas e outras (2 matérias).	Respeitador da diferença (A, B, E, F, H) Questionador e Comunicador (A, B, D, E, F, G, H, I, J)	Testagem Prova prática (1 por matéria)	50%	80%
	Aptidão física	O aluno deve ser capaz de desenvolver as suas capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na zona saudável de aptidão física do programa <i>fitescola®</i> , para a sua idade e sexo.	Autoavaliador/ Heteroavaliador (transversal às áreas) (A, B, C, D, E, F, G, H, I, J)	Testagem Prova prática Protocolo Fitescola (2 momentos diferentes)	20%	
	Conhecimentos	O aluno deve ser capaz de: - 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; - interpretar a dimensão sociocultural dos desportos e da atividade física na atualidade e ao longo dos tempos, identificando fenómenos associados a limitações e possibilidades de prática dos desportos e das atividades físicas, tais como: o sedentarismo e a evolução tecnológica,	Participativo/ colaborador/ Cooperante/ Responsável/ Autónomo (B, C, D, E, F, G, I, J)	Testagem Teste escrito/digital ou questões em aula ou Análise de Conteúdo Trabalho de pesquisa	10%	

		a poluição, o urbanismo e a industrialização, relacionando-os com a evolução das sociedades.	Cuidador de si e do outro (B, E, F, G)	(2 momentos diferentes)	
DESENVOLVIMENTO PESSOAL E INTERPESSOAL	<ul style="list-style-type: none"> • Participação. (5%) • Autonomia. (5%) • Responsabilidade. (5%) • Cooperação (5%) 		A, B, C, D, E, F, G, H, I	<ul style="list-style-type: none"> - observação direta - grelhas de observação (1 por período) 	20%

APURAMENTO DAS CLASSIFICAÇÕES NO FINAL DO ANO LETIVO:

1. Para o apuramento das classificações a atribuir em cada período são considerados os elementos de avaliação recolhidos desde o início do ano letivo, em cada um dos domínios.
2. Para apuramento da classificação a atribuir no final do ano letivo, nos 2º e 3º ciclos (do ensino básico geral) e ensino secundário (Cursos Científico-Humanísticos), nas disciplinas do **Departamento de Expressões**, uma vez que são eminentemente práticas, será aplicado um mecanismo de majoração na dimensão “conhecimento” ou “comunicação”, na técnica de recolha de informação definida no departamento (vide página 6 do Referencial).

Áreas de Competências do Perfil dos Alunos (ACPA):

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
 J Consciência e domínio do corpo

ATESTADO MÉDICO

- 1). Atestados médicos com uma duração até três semanas inclusive 1 vez por período, não implicam quaisquer adaptações aos critérios de avaliação definidos, uma vez que, eventuais limitações apresentadas pelos alunos são recuperáveis nos restantes tempos de lecionação.

2). Atestados médicos com uma duração superior a três semanas 1 vez por período implicam as seguintes alterações, a saber:

2.1) Situação 1- Ausência total da componente física/motora. A classificação resulta da aplicação da seguinte fórmula:

50% - Atividades Físicas Desportivas (teórica) + 10% - Conhecimentos (teórica) + 20% - Aptidão Física (teórica) + 20% - Desenvolvimento Pessoal e Interpessoal
--

As Atividades Físicas Desportivas, os Conhecimentos e a Aptidão Física são avaliadas através de testes referentes ao período em que vigore o respetivo atestado médico. Ao número de aulas de ausência da componente motora, será atribuída uma percentagem proporcional em função do total número de aulas lecionadas.

Quadro 1: Avaliação dos alunos com atestado médico que contemple a ausência total da componente física - perspetiva mais detalhada.

Domínios de avaliação	Número de testes a aplicar por período	Atividades a desenvolver nas aulas
Atividades Físicas Desportivas (50%)	Testagem /Análise de Conteúdo 1 teste escrito ou trabalho por matéria lecionada	Realização de relatórios; ajuda na montagem, desmontagem e arrumação de equipamentos desportivos; explicação das regras das modalidades desportivas; <u>Os alunos deverão estar devidamente equipados a fim de realizarem estas atividades.</u>
Conhecimentos (10%)	Testagem /Análise de Conteúdo 1 teste escrito ou trabalho	Anotações sobre aulas teóricas lecionadas.
Aptidão Física (20%)	Testagem /Análise de Conteúdo 1 teste escrito ou trabalho	Realização de relatórios; ajuda na observação e registo referente à aplicação da bateria de testes do fitescola; ajuda na montagem, desmontagem e arrumação de equipamentos desportivos.
Desenvolvimento pessoal e interpessoal (20%)	Observação 1 grelha de observação	Comportamentos adequados.

2.2) Situação 2- Ausência parcial da componente motora, nas Atividades Físicas Desportivas e na Aptidão Física. Serão consideradas as realizações que o aluno pode manifestar em função das indicações do seu atestado médico. Neste caso aplica-se a seguinte fórmula que vigorará durante o período de ausência parcial da componente motora:

50% Atividades Físicas Desportivas (prática condicionada) + 10% Conhecimentos (teórica) + 20% Aptidão Física (prática condicionada) + 20% Desenvolvimento Pessoal e Interpessoal.

Ao número de aulas de ausência parcial da componente motora, será atribuída uma percentagem proporcional em função do total número de aulas lecionadas.

Quadro 2: Avaliação dos alunos com atestado médico que contemple a ausência parcial da componente física - perspetiva mais detalhada

Domínios de avaliação	Número de testes a aplicar por período	Atividades a desenvolver nas aulas
-----------------------	--	------------------------------------

Atividades Físicas Desportivas (50%)	Testagem /Análise de Conteúdo 1 teste prático por matéria lecionada condicionado às limitações dos alunos	Realização de atividades condicionadas Realização de relatórios; arbitragem de jogos desportivos coletivos; ajuda na montagem de equipamentos desportivos; ajuda na arrumação dos equipamentos desportivos; explicação das regras das modalidades desportivas; <u>Os alunos deverão estar devidamente equipados a fim de realizarem estas atividades.</u>
Conhecimentos (10%)	Testagem /Análise de Conteúdo 1 teste escrito ou trabalho	Anotações sobre aulas teóricas lecionadas.
Aptidão Física (20%)	Testagem /Análise de Conteúdo 1 teste escrito ou trabalho	Realização de atividades condicionadas, realização de relatórios; ajuda na observação e registos referentes à aplicação da bateria de testes do Fitescola; ajuda na montagem e desmontagem de equipamentos desportivos; ajuda na arrumação dos equipamentos desportivos.
Desenvolvimento pessoal e interpessoal (20%)	Observação 1 grelha de observação	Comportamentos adequados.

Locais de realização dos testes teóricos: gabinete dos professores; sala anexa do pavilhão desportivo; salas onde professores estejam a lecionar apoios educativos à mesma hora (necessário acordar com os respetivos professores).

DIMENSÃO DA AVALIAÇÃO - CONHECIMENTO E COMUNICAÇÃO

DESCRITORES DE DESEMPENHO

Nível 5	Nível 4	Nível 3	Nível 2	Nível 1
<p>O aluno demonstra competências do <u>nível introdução em 5 matérias e do nível elementar em 1 matéria</u>, de diferentes subáreas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - jogos desportivos coletivos (2 matérias); - ginástica (1 matéria); - atividades rítmicas expressivas (1 matéria); - atletismo, patinagem, raquetas e outras (2 matérias). <p>O aluno demonstra capacidades em <u>5 testes de aptidão neuromuscular</u> (abdominais, flexões de braços, impulsão horizontal, flexibilidade dos membros inferiores e/ou flexibilidade de ombros, velocidade 20m/40m e de aptidão aeróbia (vaivém/milha), enquadradas na zona saudável de aptidão física do programa fitescola®, para a sua idade e sexo.</p> <p>O aluno <u>demonstra capacidades</u>, nas seguintes áreas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - relacionar a aptidão física e saúde e identificar os factores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras, a composição corporal, alimentação, o repouso, a higiene, afetividade e qualidade do meio ambiente; - interpretar a dimensão sociocultural dos desportos e da atividade física na atualidade e 	NÍVEL INTER MÉDIO	<p>O aluno demonstra competências do <u>nível introdução em 5 matérias</u>, de diferentes subáreas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - jogos desportivos coletivos (2 matérias); - ginástica (1 matéria); - atividades rítmicas expressivas (1 matéria); - atletismo, patinagem, raquetas e outras (2 matérias). <p>O aluno demonstra capacidades em <u>3 testes de aptidão neuromuscular</u> (abdominais, flexões de braços, impulsão horizontal, flexibilidade dos membros inferiores e/ou flexibilidade de ombros, velocidade 20m/40m e de aptidão aeróbia (vaivém/milha), enquadradas na zona saudável de aptidão física do programa fitescola®, para a sua idade e sexo.</p> <p>O aluno <u>demonstra capacidade</u>, numa das seguintes áreas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - relacionar a aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras, a composição corporal, alimentação, o repouso, a higiene, afetividade e qualidade do meio ambiente; 	NÍVEL INTER MÉDIO	<p>O aluno demonstra competências do <u>nível introdução em 3 matérias</u>, de diferentes subáreas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - jogos desportivos coletivos (2 matérias); - ginástica (1 matéria); - atividades rítmicas expressivas (1 matéria); - atletismo, patinagem, raquetas e outras (2 matérias). <p>O aluno demonstra capacidade em <u>1 teste de aptidão neuromuscular</u> (abdominais, flexões de braços, impulsão horizontal, flexibilidade dos membros inferiores e/ou flexibilidade de ombros, velocidade 20m/40m e de aptidão aeróbia (vaivém/milha), enquadradas na zona saudável de aptidão física do programa fitescola®, para a sua idade e sexo.</p> <p>O aluno <u>não demonstra capacidade em nenhuma</u> das seguintes áreas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - relacionar a aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras, a composição corporal, alimentação, o repouso, a higiene, afetividade e qualidade do meio ambiente;

<p>ao longo dos tempos, identificando fenómenos associados a limitações e possibilidades de prática dos desportos e das atividades físicas, tais como: o sedentarismo e a evolução tecnológica, a poluição, o urbanismo e a industrialização, relacionando-os com a evolução das sociedades.</p>	<p>- interpretar a dimensão sociocultural dos desportos e da atividade física na atualidade e ao longo dos tempos, identificando fenómenos associados a limitações e possibilidades de prática dos desportos e das atividades físicas, tais como: o sedentarismo e a evolução tecnológica, a poluição, o urbanismo e a industrialização, relacionando-os com a evolução das sociedades.</p>	<p>- interpretar a dimensão sociocultural dos desportos e da atividade física na atualidade e ao longo dos tempos, identificando fenómenos associados a limitações e possibilidades de prática dos desportos e das atividades físicas, tais como: o sedentarismo e a evolução tecnológica, a poluição, o urbanismo e a industrialização, relacionando-os com a evolução das sociedades.</p>
--	---	---