



**CRITÉRIOS ESPECÍFICOS DE AVALIAÇÃO – ENSINO PROFISSIONAL
DISCIPLINA DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

CRITÉRIOS E INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO

DIMENSÃO dos CONHECIMENTOS / CAPACIDADES (70% na ponderação)		
Grau de...	COMPETÊNCIAS / CONTEÚDOS	INSTRUMENTOS
... DESENVOLVIMENTO DE SABERES EM CADA UMA DAS ÁREAS MODULARES		
A aluno deve ficar capaz de:		
A - ATIVIDADE FÍSICA e DESPORTIVAS		
A1- JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo, nos Jogos Desportivos Coletivos (Basquetebol, Futebol, Andebol, Voleibol)	Executa com oportunidade e correção as ações técnico-táticas do nível introdutório em todas as funções, conforme a oposição em cada fase do jogo, aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro	► Listas de verificação
A2- GINÁSTICA Compõe, realiza e analisa esquemas individuais e em grupo da Ginástica (Solo e Aparelhos).	Executa o nível introdutório com correção técnica e expressão, combinação das destrezas, apreciando os esquemas de acordo com esses critérios nas matérias abordadas	► Grelhas de observação
A3- ATLETISMO Realizar com correção as ações técnico-táticas elementares, na modalidade de Atletismo.	Executa com oportunidade e correção as ações técnico-táticas do nível introdutório, os saltos, corridas e lançamentos do Atletismo, de acordo com as exigências técnicas e regulamentares da modalidade	► Registos informais e descritivos ► Escalas de classificação
A5- ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS Apreciar, compõe e realiza, nas Atividades Rítmicas Expressivas (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais)	Executa sequências dos elementos técnicos do nível introdutório, em coreografias individuais e ou em grupo, aplicando os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições	► Fichas de autoavaliação
B - APTIDÃO FÍSICA		
Desenvolver capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física.	Promove o desenvolvimento das suas Capacidades Motoras, especialmente da Resistência, Força e Flexibilidade com referência ao programa Fitescola	► Relatórios de aula ► Trabalho individual ou de grupo
C - CONHECIMENTOS		
Relacionar a Aptidão Física e Saúde, identificando os fatores associados a um estilo de vida saudável.	Demonstra conhecimentos relacionados com os temas abordados	► Bateria testes Fitescola
Interpretar a dimensão sociocultural dos desportos e da atividade física na atualidade e ao longo dos tempos,		

ÁREAS DE COMPETÊNCIA 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

J - Consciência e domínio do corpo.

* A SUBSTITUIR POR:

"Aprendizagens essenciais:

Conhecimentos, Capacidades e atitudes"

APÓS HOMOLOGAÇÃO



CRITÉRIOS ESPECÍFICOS DE AVALIAÇÃO – ENSINO PROFISSIONAL DISCIPLINA DE EDUCAÇÃO FÍSICA

DIMENSÃO das ATITUDES (30% na ponderação)		
PERFIL do ALUNO	DESCRIPTORIOS	INSTRUMENTOS
RESPONSÁVEL / AUTONOMO	<ul style="list-style-type: none">• É assíduo• É pontual• Traz o material• Atua de acordo com as normas e regras estabelecidas• Reconhece dificuldades e aceita ajuda para as ultrapassar	<ul style="list-style-type: none">▶ Listas de verificação▶ Grelhas de observação▶ Registos informais e descritivos▶ Escalas de classificação▶ Fichas de autoavaliação
PARTICIPATIVO / COLABORATIVO	<ul style="list-style-type: none">• Cumpre as tarefas propostas• Participa com empenho nas tarefas propostas• Interage positiva e construtivamente com colegas e docentes, em situações diversas	
RESPEITADOR da diferença/do outro	<ul style="list-style-type: none">• Revela respeito pelos outros e pela diferença• Revela respeito pelas estruturas e materiais	

Leça da Palmeira, 18 de OUTUBRO de 2021

O Professor

O/A Diretor/a de Curso

ÁREAS DE COMPETÊNCIA 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

J - Consciência e domínio do corpo.

* A SUBSTITUIR POR:

“Aprendizagens essenciais:
Conhecimentos, Capacidades e atitudes”
APÓS HOMOLOGAÇÃO