

Critérios de Avaliação

Departamento	Expressões	Ciclo de Ensino	3º Ciclo
Área Disciplinar	Educação Física		

Avaliação Diagnóstica

É realizada no início do período e/ou unidade didática, de forma a aferir conhecimentos/competências.

Avaliação Formativa e Sumativa

Domínios de Avaliação	Critérios	Indicadores de Avaliação	Ponderação		Instrumentos de Avaliação
Socioafetivo (D.S.A.)	Sociabilidade/Cooperação	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Colabora nas situações de aprendizagem favorecendo o êxito individual e coletivo. ▪ Respeita os outros e as regras da aula (organização, segurança e higiene). 	Média dos indicadores considerados	25%	<ul style="list-style-type: none"> • Grelha de Registos de Observação Direta.
	Empenho	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Empenha-se na realização das tarefas que lhe são propostas. 			
	Responsabilidade	<ul style="list-style-type: none"> ▪ É assíduo. ▪ É pontual. ▪ Cumpre as tarefas que lhe são propostas nos prazos estipulados. 			
	Autonomia	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Mantém-se a trabalhar sem supervisão direta. 			

<p>Cognitivo (D.C.)</p>	<p>Aquisição e Aplicação de Conhecimentos</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Conhece os processos de desenvolvimento e manutenção da condição física. ▪ Relaciona aptidão física e saúde e identifica os fatores associados a um estilo de vida saudável. ▪ Conhece os princípios fundamentais do treino das capacidades motoras, relacionando-os com o princípio biológico da auto renovação da matéria viva, considerando-os na sua atividade física, tendo em vista a aptidão física. ▪ Compreende a relação entre dosificação da intensidade e a duração do esforço no desenvolvimento ou manutenção das capacidades motoras fundamentais na promoção da saúde. ▪ Conhece os fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas. ▪ Conhece os processos de controlo do esforço e identifica os sinais de fadiga, ou inadaptação à exercitação praticada, evitando riscos para a saúde. ▪ Compreende e traduz em linguagem própria a dimensão cultural da atividade física na atualidade. ▪ Identifica fenómenos associados a limitações das possibilidades de prática das atividades físicas, da aptidão física e da saúde dos indivíduos e das populações. ▪ Conhece o objetivo, as regras, os materiais, as regras de segurança, as ajudas, o modo de execução das principais ações técnicas e/ou táticas das diversas modalidades abordadas. 	<p>Média dos indicadores considerados</p>	<p>25%</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Questionamento Oral/Arbitragem. • Testes Teóricos/ Trabalhos de Pesquisa/Apresentação.
<p>Motor (D.M.)</p>	<p>Aquisição e Aplicação de Conhecimentos</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Desenvolve o nível funcional das capacidades motoras, mantendo-se ou superando a zona saudável de aptidão física. ▪ Nos Jogos Desportivos Coletivos, coopera com os companheiros para o alcance do objetivo dos exercícios e/ou jogo, realizando com oportunidade e correção as ações técnico táticas. ▪ Na Ginástica, compõe e realiza as destrezas dos saltos (aparelhos), da acrobacia, do solo, em esquemas individuais e/ou de grupo, com correção técnica, expressão, combinação e criatividade. ▪ No Atletismo, realiza as corridas, os saltos e os lançamentos, cumprindo corretamente com as exigências técnicas e regulamentares. ▪ No Badminton, realiza com oportunidade e correção as ações técnico táticas, aplicando corretamente as regras. ▪ Na Patinagem, utiliza adequadamente os patins em combinações de deslocamentos e paragens, com equilíbrio e segurança, realizando com correção as ações técnicas. ▪ Na Dança, compõe e realiza sequências de elementos técnicos, em coreografias individuais e/ou de grupo, com correção técnica, expressão, combinação e criatividade. ▪ Na Orientação, aplica correta e adequadamente as técnicas específicas, respeitando as regras de organização e de participação. ▪ Na Natação, aplica correta e adequadamente as técnicas específicas: respiração, flutuação, propulsão e saltos. 	<p>Média dos indicadores considerados</p>	<p>50%</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Grelha de Registos de Observação Direta. • Escalas de classificação.

Cálculo do Menção/Nível a atribuir por período

1.º Período	Aplicação dos critérios de avaliação desde o início do ano letivo até ao final do 1.º Período. = 25%*D.S.A.+25%*D.C.+50%*D.M.
2.º Período	Aplicação dos critérios de avaliação desde o início do ano letivo até ao final do 2.º Período. = 25%*D.S.A.+25%*D.C.+50%*D.M., contemplando todos os instrumentos de avaliação aplicados desde o início do ano letivo.
3.º Período	Aplicação dos critérios de avaliação desde o início do ano letivo até ao final do 3.º Período. = 25%*D.S.A.+25%*D.C.+50%*D.M., contemplando todos os instrumentos de avaliação aplicados desde o início do ano letivo.

Nota: contempla o desempenho no domínio específico na disciplina e no domínio da comunicação escrita e/ou oral em língua portuguesa (textos bem estruturados e linguisticamente corretos, nos planos da sintaxe, da pontuação e ortografia), assim como o domínio das TIC e EC.

Observações – Operacionalização dos Critérios de Avaliação

Em situações devidamente justificadas, poderá haver reajustes nos indicadores, na ponderação e na aplicação dos instrumentos de avaliação previstos, desde que constem no Plano de Turma.

PERFIL DE APRENDIZAGENS (Saber fazer, saber conhecer, saber viver com, saber ser)		
	Domínio Cognitivo-Motor	Domínio Sócio-Afetivo
Nível 1	Revela muito pouco domínio da cultura desportiva e manifesta muitas dificuldades na respetiva aplicação ao nível técnico-tático e de expressão. Não alcança a zona saudável de aptidão física (ZSAF), distanciando-se muito dos valores de referência em cada teste. Revela muitas dificuldades no domínio da comunicação específica (escrita e/ou oral), assim como no domínio das TIC.	Contribui muito pouco para o êxito individual e coletivo. Cumprir / empenha-se muito pouco na realização das tarefas que lhe são propostas. Respeita muito pouco os outros e as regras da aula (organização, segurança e higiene). Manifesta muito pouca autonomia (trabalha muito pouco sem supervisão direta). É muito pouco assíduo e pontual.
Nível 2	Revela pouco domínio da cultura desportiva e manifesta dificuldades na respetiva aplicação ao nível técnico-tático e de expressão. Não alcança a zona saudável de aptidão física (ZSAF), distanciando-se pouco dos valores de referência em cada teste. Revela algumas dificuldades no domínio da comunicação específica (escrita e/ou oral), assim como no domínio das TIC.	Contribui pouco para o êxito individual e coletivo. Cumprir / empenha-se pouco na realização das tarefas que lhe são propostas. Respeita pouco os outros e as regras da aula (organização, segurança e higiene). Manifesta pouca autonomia (trabalha pouco sem supervisão direta). É pouco assíduo e pontual.
Nível 3	Revela domínio da cultura desportiva e na respetiva aplicação ao nível técnico-tático e de expressão. Alcança a zona saudável de aptidão física (ZSAF), aproximando-se dos valores mínimos de referência em cada teste. Revela domínio da comunicação específica (escrita e/ou	Contribui para o êxito individual e coletivo. Cumprir / empenha-se na realização das tarefas que lhe são propostas. Respeita os outros e as regras da aula (organização, segurança e higiene). Manifesta autonomia (trabalha sem supervisão direta).

	oral), assim como no domínio das TIC.	É assíduo e pontual.
Nível 4	<p>Revela bastante domínio da cultura desportiva e na respetiva aplicação ao nível técnico-tático e de expressão. Alcança a zona saudável de aptidão física (ZSAF), aproximando-se dos valores máximos de referência em cada teste.</p> <p>Revela bastante domínio da comunicação específica (escrita e/ou oral), assim como no domínio das TIC.</p>	<p>Contribui bastante para o êxito individual e coletivo. Cumpre / empenha-se bastante na realização das tarefas que lhe são propostas.</p> <p>Respeita bastante os outros e as regras da aula (organização, segurança e higiene).</p> <p>Manifesta bastante autonomia.</p> <p>É bastante assíduo e pontual.</p>
Nível 5	<p>Revela pleno domínio da cultura desportiva e na respetiva aplicação ao nível técnico-tático e de expressão. Alcança/supera a zona saudável de aptidão física (ZSAF), alcançando os valores máximos de referência em cada teste.</p> <p>Revela pleno domínio da comunicação específica (escrita e/ou oral), assim como no domínio das TIC.</p>	<p>Contribui plenamente para o êxito individual e coletivo. Cumpre / empenha-se plenamente na realização das tarefas que lhe são propostas.</p> <p>Respeita plenamente os outros e as regras da aula (organização, segurança e higiene).</p> <p>Manifesta plenamente autonomia.</p> <p>É plenamente assíduo e pontual.</p>