

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO DE EDUCAÇÃO FÍSICA (2º ciclo) 2018-2019

DOMÍNIOS	PONDERAÇÃO	COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS	INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO	ÁREAS DE COMPETÊNCIAS DO PERFIL DOS ALUNOS (Legenda)
AREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS	80%	<ul style="list-style-type: none"> Relacionar-se com cordialidade e respeito pelos seus companheiros, quer no papel de parceiros quer no de adversários. (A, B, C, D, E, F, G, H, I) Aceitar o apoio dos companheiros nos esforços de aperfeiçoamento próprio, bem como as opções do(s) outro(s) e as dificuldades reveladas por ele(s). (A, B, C, D, E, F, G, H, I) Cooperar nas situações de aprendizagem e de organização, escolhendo as ações favoráveis ao êxito, segurança e bom ambiente relacional, na atividade da turma. (A, B, C, D, E, F, G, H, I) Elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas gerais básicas, particularmente da resistência geral de longa duração; da força rápida; da velocidade de reação simples e complexa, de execução, de frequência de movimentos e de deslocamento; da flexibilidade; da força resistente (esforços localizados) e das destrezas gerais e direcionada. (B, C, E, F, G, J) 	<p>Fichas de avaliação</p> <p>Questão aula</p> <p>Participação oral</p> <p>Fichas de trabalho individuais e/ou de grupo</p> <p>Relatórios de aula</p> <p>Grelhas de observação direta focalizadas em (exercícios critério) e (no interesse; na capacidade de intervenção e argumentação na participação; na autonomia e no empenho);</p> <p>Fichas de auto e heteroavaliação.</p>	<p>A-Linguagens e textos</p> <p>B-Informação e comunicação</p> <p>C-Raciocínio e resolução de problemas</p> <p>D-Pensamento crítico e criativo</p> <p>E-Relacionamento interpessoal</p> <p>F-Desenvolvimento pessoal e autonomia</p> <p>G-Bem-estar, saúde e ambiente</p> <p>H-Sensibilidade estética e artística</p> <p>I-Saber científico, técnico e tecnológico</p> <p>J-Consciência e Domínio do Corpo.</p>
AREA DA APTIDÃO FÍSICA				
AREA DOS CONHECIMENTOS	20%	<ul style="list-style-type: none"> Analisar e interpretar a realização das atividades físicas selecionadas, utilizando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva, etc. (B, C, D, E, F, G, I, J) Conhecer os processos fundamentais das adaptações morfológicas, funcionais e psicológicas, que lhe permitem compreender os diversos fatores da aptidão física. (A, B, C, D, E, F, G, I, J) Conhecer e aplicar cuidados higiénicos, bem como as regras de segurança pessoal e dos companheiros, e de preservação dos recursos materiais. (B, E, F, G) 		