

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO DE EDUCAÇÃO FÍSICA (3º ciclo) 2018-2019

DOMÍNIOS	PONDERAÇÃO	COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS	INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO	ÁREAS DE COMPETÊNCIAS DO PERFIL DOS ALUNOS (Legenda)
<p>ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS</p>	80%	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1. Participar ativamente em todas as situações e procurar o êxito pessoal e o do grupo: (A, B, C, D, E, F, G, H, I, J)</li> <li>• a) 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, J)</li> <li>• b) 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, J)</li> <li>• c) Interessar-se e apoiar os esforços dos companheiros com oportunidade, promovendo a entreajuda para favorecer o aperfeiçoamento e satisfação própria e do(s) outro(s); (A, B, C, D, E, F, G, H, I, J)</li> <li>• d) 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, J)</li> <li>• e) Apresentar iniciativas e propostas pessoais de desenvolvimento da atividade individual e do grupo, considerando também as que são apresentadas pelos companheiros com interesse e objetividade; (A, B, C, D, E, F, G, H, I, J)</li> <li>• f) Assumir compromissos e responsabilidades de organização e preparação das atividades individuais e ou de grupo, cumprindo com empenho e brio as tarefas inerentes; (A, B, C, D, E, F, G, H, I, J)</li> <li>• g) Analisar e interpretar a realização das atividades físicas selecionadas, aplicando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva, etc. (A, B, C, D, E, F, G, H, I, J)</li> <li>• 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. (B, C,</li> </ul>	<p>Fichas de avaliação</p>	<p>A - Linguagens e textos</p>
<p>ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA</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>	

ÁREA DOS CONHECIMENTOS	20%	E, F, G, J) <ul style="list-style-type: none"><li>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. (A, B, C, D, E, F, I)</li><li>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. (B, E, F, G, I, J)</li><li>5. Conhecer e aplicar diversos processos de elevação e manutenção da condição física de uma forma autónoma no seu quotidiano. (B, C, D, E, F, G, I, J)</li><li>6. Conhecer e interpretar fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas e aplicar regras de higiene e de segurança. (B, F, G, I, J)</li></ul>		H - Sensibilidade estética e artística  I - Saber científico, técnico e tecnológico  J - Consciência e Domínio do Corpo
---------------------------	-----	---	--	--