



AERT - EB de Rio Tinto

Critérios de Avaliação

Ano Letivo 2023/2024

EDUCAÇÃO FÍSICA

FINALIDADES DA EDUCAÇÃO FÍSICA

Na perspetiva da melhoria da qualidade de vida, da saúde e do bem-estar:

- *Melhorar a aptidão física elevando as capacidades físicas de modo harmonioso e adequado às necessidades de desenvolvimento do aluno;*
- *Promover a aprendizagem dos conhecimentos relativos aos processos de elevação e manutenção das capacidades físicas;*
- *Assegurar a aprendizagem de um conjunto de matérias representativas das diferentes atividades físicas, promovendo o desenvolvimento multilateral e harmonioso do aluno, através da prática de:*
 - *Atividades físicas desportivas nas suas dimensões técnica, tática, regulamentar e organizativa;*
 - *Atividades físicas expressivas (danças), nas suas dimensões técnicas, de composição e interpretação;*
 - *Atividades físicas de exploração da Natureza, nas suas dimensões técnica, organizativa e ecológica;*
 - *Jogos tradicionais e populares.*
- *Promover o gosto pela prática regular das atividades físicas e aprofundar a compreensão da sua importância como fatores de saúde e componente da cultura, na dimensão individual e social.*
- *Promover a formação de hábitos, atitudes e conhecimentos relativos à interpretação e participação nas estruturas sociais no seio das quais se desenvolvem as atividades físicas, valorizando:*
 - *A iniciativa e a responsabilidade pessoal, a cooperação e a solidariedade;*
 - *A ética desportiva;*
 - *A higiene e a segurança pessoal e coletiva;*
 - *A consciência cívica na preservação das condições de realização das atividades físicas, em especial a qualidade do ambiente.*



INTRODUÇÃO

As **aprendizagens essenciais** apresentadas têm por referência os objetivos gerais para o ensino básico, obrigatórios em todas as escolas, garantindo que os alunos adquiram as competências, comuns a todas as áreas, as quais se estruturam através da participação ativa em todas as situações, na procura do êxito pessoal e do grupo:

1. **Relacionar-se** com cordialidade e respeito pelos seus companheiros, quer no papel de parceiros quer no de adversários.
2. **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).
3. **Cooperar** nas situações de aprendizagem e de organização, escolhendo as ações favoráveis ao êxito, segurança e bom ambiente relacional, na atividade da turma.
4. **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 geral e direcionada.
5. **Analisar** e interpretar a realização das atividades físicas selecionadas, utilizando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva, etc.
6. **Conhecer** os processos fundamentais das adaptações morfológicas, funcionais e psicológicas, que lhe permitem compreender os diversos fatores da aptidão física.
7. **Conhecer** e aplicar cuidados higiénicos, bem como as regras de segurança pessoal e dos companheiros, e de preservação dos recursos materiais.

(in "APRENDIZAGENS ESSENCIAIS DE EDUCAÇÃO FÍSICA (AEEF) – despacho n.º 6944-A/2018, de 19 de julho)

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



CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO – PARA ALUNOS COM PRÁTICA REGULAR

| CRITÉRIOS TRANSVERSAIS | DOMÍNIOS/TEMAS | DESCRIPTORIOS ESPECÍFICOS (DE ACORDO COM AS AE) | PERFIL DO ALUNO À SAÍDA DA ESCOLARIDADE OBRIGATÓRIA* | INSTRUMENTOS DE RECOLHA DE INFORMAÇÃO/AVALIAÇÃO |
|---|---|--|--|--|
| CONHECIMENTO Compreensão/ Aquisição/ Aplicação de Conhecimentos | ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS <ul style="list-style-type: none">• Jogos• Jogos Desportivos Coletivos• Ginástica• Atletismo• Atividades rítmicas expressivas• Raquetes (Badminton) COMPETÊNCIAS BÁSICAS DE EMERGÊNCIA SUPORTE BÁSICO DE VIDA (SBV) | Identificar as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação (geral), de acordo com as características do esforço realizado. <i>(remetem-se outros descritores para o documento "Aprendizagens Essenciais/Articulação com o Perfil dos alunos")</i> Conhecer os diferentes elementos técnicos, regulamentos e ações táticas, nas modalidades individuais e coletivas; Conhecer os materiais específicos das diferentes áreas físico-desportivas; Conhecer e interpretar regras em atividades físicas e desportivas. Identificar e aplicar competências básicas em emergência (Suporte Básico de Vida – SBV) | A; B; C; D; E; F; G; H; I e J | - Fichas de Trabalho - Testes de avaliação escritos - Testes de avaliação práticos - Questionários escritos/orais - Trabalhos de pesquisa - Registo de observação na aula - Relatórios - Autoavaliação escrita/oral - Heteroavaliação escrita/oral |
| EXECUÇÃO | ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA | Desenvolver 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. | | |



| CRITÉRIOS TRANSVERSAIS | DOMÍNIOS/TEMAS | DESCRITORES ESPECÍFICOS (DE ACORDO COM AS AE) | PERFIL DO ALUNO À SAÍDA DA ESCOLARIDADE OBRIGATÓRIA* | INSTRUMENTOS DE RECOLHA DE INFORMAÇÃO/AVALIAÇÃO |
|---|--|---|--|---|
| <p>EXECUÇÃO</p> <p>Execução/ aplicação dos diferentes elementos técnicos, regulamentos e ações táticas, nas modalidades individuais e coletivas.</p> <p>Desenvolvimento das diversas capacidades físico-motoras.</p> | <p>SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS</p> <p>SUBÁREA JOGOS</p> <p>SUBÁREA GINÁSTICA</p> | <p>Participar em JOGOS, ajustando a iniciativa própria e as qualidades motoras na prestação às possibilidades oferecidas pela situação de jogo e ao seu objetivo, realizando habilidades básicas e ações técnico-táticas fundamentais, com oportunidade e correção de movimentos.</p> <p>Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo dos JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (Basquetebol, Futebol, Andebol, Voleibol), desempenhando com oportunidade e correção as ações solicitadas pelas situações de jogo, aplicando a ética do jogo e as suas regras.</p> <p>Compor e realizar, da GINÁSTICA (Solo, Aparelhos, Rítmica), as destrezas elementares de solo, aparelhos e minitrampolim, em esquemas individuais e/ou de grupo, aplicando os critérios de correção técnica e expressão e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios. e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios.</p> | <p>A; B; D; E; F; G; H; I e J</p> | <p>Fichas de Trabalho</p> <ul style="list-style-type: none">- Testes de avaliação escritos- Testes de avaliação práticos- Questionários escritos/orais- Trabalhos de pesquisa- Registo de observação na aula- Relatórios- Autoavaliação escrita/oral- Heteroavaliação escrita/oral |



| CRITÉRIOS TRANSVERSAIS | DOMÍNIOS/TEMAS | DESCRIPTORIOS ESPECÍFICOS (DE ACORDO COM AS AE) | PERFIL DO ALUNO À SAÍDA DA ESCOLARIDADE OBRIGATÓRIA* | INSTRUMENTOS DE RECOLHA DE INFORMAÇÃO/AVALIAÇÃO |
|--|--|---|--|--|
| EXECUÇÃO | SUBÁREA ATLETISMO SUBÁREA ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS | Realizar, do ATLETISMO, saltos, corridas e lançamentos, segundo padrões simplificados, e cumprindo corretamente as exigências elementares técnicas e regulamentares. Interpretar sequências de habilidades específicas elementares das ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais), em coreografias individuais e/ou em grupo, aplicando os critérios de expressividade considerados, de acordo com os motivos das composições. | A; B; D; E; F; G; H; I e J | Fichas de Trabalho - Testes de avaliação escritos - Testes de avaliação práticos - Questionários escritos/orais - Trabalhos de pesquisa - Registo de observação na aula |
| COMPORTAMENTOS ATITUDES Apresentação / organização das atividades e do material. Participação nas atividades propostas. Relacionamento interpessoal. | ASSIDUIDADE/PONTUALIDADE RESPONSABILIDADE | Comparecer às aulas; Chegar às aulas atempadamente. Prestar atenção ao professor; Acatar as solicitações do professor; Respeitar as opiniões dos outros; Entrar/sair da aula apenas com autorização do professor; Entrar no espaço da aula ordeiramente; Tratar adequadamente o material escolar; Deixar o espaço da aula devidamente arrumado e limpo; Utilizar os balneários só com a autorização do professor; | B; E; F e G | - Relatórios - Autoavaliação escrita/oral - Heteroavaliação escrita/oral |



PRINCÍPIOS E CARACTERÍSTICAS DA AVALIAÇÃO

Objeto da Avaliação – Aprendizagens Essenciais de Educação Física (AEEF), tendo como referência os Objetivos Gerais comuns a todas as áreas e os Objetivos Específicos por áreas (e subáreas) de acordo com o Currículo do Ensino Básico e do Ensino Secundário.

Dimensões da Avaliação e Ponderação

| Critérios Transversais | | Alunos em prática regular | Alunos com Atestado Médico de Longa Duração |
|---|--|---------------------------|---|
| CONHECIMENTO (SABER) | COMPREENSÃO/ AQUISIÇÃO/ APLICAÇÃO DE CONHECIMENTOS | 35% | 70% |
| EXECUÇÃO (SABER FAZER) | EXECUÇÃO/APLICAÇÃO DOS DIFERENTES ELEMENTOS TÉCNICOS, REGULAMENTOS E AÇÕES TÁTICAS, NAS MODALIDADES INDIVIDUAIS E COLETIVAS. DESENVOLVIMENTO DAS DIVERSAS CAPACIDADES FÍSICO-MOTORAS. | 35% | ----- |
| COMPORTAMENTOS ATITUDES (SABER ESTAR) | APRESENTAÇÃO / ORGANIZAÇÃO DAS ATIVIDADES E DO MATERIAL. PARTICIPAÇÃO NAS ATIVIDADES PROPOSTAS. RELACIONAMENTO INTERPESSOAL. | 30% | 30% |

FÓRMULA FINAL DE AVALIAÇÃO em prática regular

$$\text{Nível} = \underline{3,5 \times \text{Conhecimento} + 3,5 \times \text{Execução} + 3 \times \text{Comportamentos/Atitudes}}$$

FÓRMULA FINAL DE AVALIAÇÃO com Atestado Médico

$$\text{Nível} = \underline{7 \times \text{Conhecimento} + 3 \times \text{Comportamentos/Atitudes}}$$