

Critérios de Avaliação de Educação Física - 10º ano

A avaliação na disciplina de Educação Física efetua-se de acordo com as Aprendizagens Essenciais e com o Perfil do Aluno à saída da escolaridade obrigatória.

Os critérios de avaliação incidem sobre os três temas, em articulação com as áreas de competências do Perfil do Aluno.

1. Temas de referência, Aprendizagens Essenciais/Áreas de Competência do Perfil do Aluno

Temas Organizadores (Conteúdos de aprendizagem)	Aprendizagens Essenciais/Áreas de Competência do Perfil do Aluno (Conhecimentos/Capacidades/Atitudes)		
Atividades Físicas	<p>O aluno desenvolve as competências essenciais para o 10.º ano de escolaridade de nível INTRODUÇÃO em 5 matérias e de nível ELEMENTAR numa matéria, de diferentes subáreas e de acordo com as seguintes condições de possibilidade.</p> <p>SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (duas matérias) Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo, nos JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (Basquetebol, Futebol, Andebol, Voleibol), realizando com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares em todas as funções, conforme a oposição em cada fase do jogo, aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro.</p> <p>SUBÁREA GINÁSTICA (uma matéria) Compor, realizar e analisar da GINÁSTICA (Solo, Aparelhos, Rítmica), as destrezas elementares de acrobacia, dos saltos, do solo e dos outros aparelhos, em esquemas individuais e/ou de grupo, aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação, e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios.</p> <p>SUBÁREA ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS (uma matéria) Apreciar, compor e realizar, nas ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais), sequências de elementos técnicos elementares, em coreografias individuais e ou em grupo, aplicando os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições.</p>	<p>Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - adquirir conhecimento, informação e outros saberes, com rigor, articulação e uso consistente de conhecimentos; - selecionar informação pertinente que permita analisar e interpretar atividades físicas, utilizando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva, etc. - analisar situações, identificando os seus elementos ou dados; - realizar tarefas associadas à compreensão e mobilização dos conhecimentos; - estabelecer relações intra e interdisciplinares; - utilizar conhecimento, para participar de forma adequada e resolver problemas em contextos diferenciados. 	<p>Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado (A, B, G, I, J)</p>
		<p>Proporcionar atividades formativas, como por exemplo situações de jogo, concursos e outras tarefas a par ou em grupos homogéneos e heterogéneos, que possibilitem aos alunos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - elaborar sequências de habilidades; - elaborar coreografias; - resolver problemas em situações de jogo; - explorar materiais; - explorar o espaço, ritmos, música, relações interpessoais, etc.; - criar um objeto, texto ou solução, face a um desafio; - analisar textos ou outros suportes com diferentes pontos de vista, concebendo e sustentando um ponto de vista próprio; - criar soluções estéticas criativas e pessoais. 	<p>Criativo /Expressivo (A, C, D, J)</p>

	<p>SUBÁREAS ATLETISMO, PATINAGEM, RAQUETAS e OUTRAS (DUAS matérias)</p> <p>Realizar e analisar do ATLETISMO, saltos, corridas, lançamentos e marcha, cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento, não só como praticante, mas também como juiz.</p> <p>Patinar adequadamente em combinações de deslocamentos e paragens, com equilíbrio e segurança, realizando as ações técnico-táticas elementares em jogo e as ações de composições rítmicas «individuais» e «a pares».</p> <p>Realizar com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares, nos JOGOS DE RAQUETES (Badminton, Ténis e Ténis de Mesa), garantindo a iniciativa e ofensividade em participações «individuais» e «a pares», aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro.</p> <p>OUTRAS</p> <p>Realizar com oportunidade e correção as ações do domínio de oposição em ATIVIDADE DE COMBATE (Luta), utilizando as técnicas elementares de projeção e controlo, com segurança (própria e do opositor) e aplicando as regras, quer como executante quer como árbitro.</p> <p>Realizar PERCURSOS (Orientação) elementares, utilizando técnicas de orientação e respeitando as regras de organização, participação, e de preservação da qualidade do ambiente.</p> <p>Deslocar-se com segurança no MEIO AQUÁTICO (Natação), coordenando a respiração com as ações propulsivas específicas das técnicas selecionadas.</p> <p>Praticar e conhecer JOGOS TRADICIONAIS POPULARES de acordo com os padrões culturais característicos.</p>	<p>Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - analisar situações com diferentes pontos de vista; confrontar argumentos, para encontrar semelhanças, diferenças, etc.; - analisar factos, situações, identificando os seus elementos ou dados, em particular numa perspetiva disciplinar e interdisciplinar; - analisar os seus desempenhos e o dos outros, dando e aceitando sugestões de melhoria. 	Crítico/Analítico (A, B, C, D, G)
		<p>Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - realizar tarefas de síntese; - realizar tarefas de planificação, de revisão e de monitorização; - elaborar planos gerais, esquemas. 	Indagador/ Investigador/ Sistematizador/ organizador (A, B, C, D, F, H, I, j)
		<p>Proporcionar atividades formativas, em grupos homogéneos e heterogéneos, que possibilitem aos alunos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - aceitar opções, falhas e erros dos companheiros; - aceitar o apoio dos companheiros nos esforços de aperfeiçoamento próprio; - aceitar ou argumentar pontos de vista diferentes; - promover estratégias que induzam respeito por diferenças de características, crenças ou opiniões. 	Respeitador da diferença (A, B, E, F, H)
Aptidão Física	Desenvolver capacidades motoras com vista a atingir a zona saudável dos testes do FTIescola.	<p>Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - saber questionar uma situação; - desencadear ações de comunicação verbal e não verbal pluridirecional. 	Questionador e Comunicador (A, B, D, E, F, G, H, I, J)
		<p>Proporcionar atividades formativas, que possibilitem aos alunos, em todas as situações:</p> <ul style="list-style-type: none"> - apreciar os seus desempenhos e os dos outros, dando e aceitando sugestões de melhoria; - identificar aspetos críticos que permitam a melhoria do seu desempenho; - identificar pontos fracos e fortes das suas aprendizagens; - utilizar os dados da sua autoavaliação para se envolver na aprendizagem; - interpretar e explicar as suas opções; - descrever processos de pensamento e ação, usados durante a realização de uma tarefa ou abordagem de um problema. 	Autoavaliador/ Heteroavaliador (transversal às áreas)

Conhecimentos	<p>Relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras, a composição corporal, a alimentação, o repouso, a higiene, afetividade e a qualidade do meio ambiente.</p> <p>Identificar fenómenos associados a limitações e possibilidades de prática dos desportos e das atividades físicas, tais como: o sedentarismo e a evolução tecnológica, a poluição, o urbanismo e a industrialização, relacionando-os com a evolução das sociedades e as opções políticas.</p>	<p>Proporcionar atividades formativas que, em todas as situações, criem oportunidades de:</p> <ul style="list-style-type: none"> - cooperar com os companheiros na procura do êxito pessoal e do grupo; - cooperar, promovendo um clima relacional favorável ao aperfeiçoamento pessoal e gosto proporcionado pelas atividades; - aplicar as regras de participação, combinadas na turma; - agir com cordialidade e respeito na relação com os colegas e com o professor; - respeitar as regras organizativas que permitam atuar em segurança; - cumprir e fazer cumprir regras de arbitragem; - apresentar iniciativas e propostas; - ser autónomo na realização das tarefas; - cooperar na preparação e organização dos materiais. 	<p>Participativo/ colaborador/ Cooperante/ Responsável/ Autónomo (B, C, D, E, F, G, I, J)</p>
		<p>Proporcionar atividades formativas que impliquem, por parte do aluno:</p> <ul style="list-style-type: none"> - conhecer e aplicar cuidados de higiene; - conhecer e aplicar as regras de segurança pessoal e dos companheiros; - conhecer e aplicar regras de preservação dos recursos materiais e do ambiente; - reforçar o gosto pela prática regular de atividade física; - aplicar processos de elevação do nível funcional da aptidão física. 	<p>Cuidador de si e do outro (B, E, F, G)</p>

2. Critérios, ponderações e sistema de avaliação

A classificação final dos alunos é atribuída considerando as Normas de Referência para o Sucesso neste ciclo de escolaridade, definidas na legislação em (Programa Nacional de Educação Física) e o sistema de classificação definido pelo Grupo de EF para cada ano de escolaridade, nas três áreas de avaliação.

No processo avaliativo, o professor considera em cada competência, a qualidade de desempenho dos alunos, a progressão e o cumprimento de objetivos transversais ao processo de ensino-aprendizagem: a participação e empenho, a cordialidade e respeito mútuos, a entreaajuda, a responsabilidade e cooperação nas situações de aprendizagem, de organização, de preparação e arrumação do material, a preservação dos recursos materiais, o respeito pelas regras de segurança pessoal e dos companheiros.

	Critérios de avaliação, ponderações por temas de referência - 10º ANO		
	<u>Atividades Físicas</u>	<u>Aptidão Física</u>	<u>Conhecimentos</u>
Ponderações	<u>80% (16 valores)</u>	<u>10% (2 valores)</u>	<u>10% (2 valores)</u>
	<p>Ao cumprimento de 5 níveis introdutórios e 1 nível elementar (aprendizagens essenciais) correspondem 10 valores.</p> <p>Por cada matéria de ensino em que o aluno cumpra parte dos objetivos acima dos níveis mencionados a classificação acresce 1 valor</p> <p>Por cada matéria de ensino em que o aluno não cumpra o nível referido a classificação desce 1 valor</p> <p>Atendendo a que são consideradas 6 matérias de ensino o aluno, neste domínio, a classificação poderá oscilar entre 4 e 16 valores</p>	<p>São considerados os 4 melhores testes do FIT ESCOLA sendo, necessariamente, um de força, um de aptidão aeróbia/anaeróbia, um de flexibilidade e um de velocidade ou destreza.</p> <p>Em cada teste em que o aluno atinge a zona saudável soma 0,5 valores.</p> <p>Atendendo a que são considerados 4 testes, o aluno neste domínio pode alcançar 0 a 2 valores</p>	<p>Relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras, a composição corporal, a alimentação, o repouso, a higiene, afetividade e a qualidade do meio ambiente.</p> <p>identificar fenómenos associados a limitações e possibilidades de prática dos desportos e das atividades físicas, tais como: o sedentarismo e a evolução tecnológica, a poluição, o urbanismo e a industrialização, relacionando-os com as opções políticas.</p> <p>As classificações de insuficiente, suficiente, bom e muito bom correspondem a atribuição respetivamente de 0,5 valores, 1 valor, 1,5 valores e 2 valores.</p> <p>Neste domínio o aluno pode alcançar 0,5 a 2 valores desde que cumpra com as tarefas propostas.</p>

Observações:

"Parte" = Sem ser a totalidade dos objetivos do Nível, deve corresponder a um terço ou mais dos objetivos desse Nível do PNEF.

Os alunos incapacitados para realizar a parte prática da aula serão avaliados no domínio dos conhecimentos, nas áreas de competência dos perfil dos alunos e na teoria da prática das atividades físicas e desportivas através dos relatórios das aulas. O aluno deverá vir sempre devidamente equipado e não poderá fazer uso do telemóvel ou de qualquer outro instrumento de captação de imagens.

3. Instrumentos de avaliação

Os instrumentos de avaliação serão diversificados e aplicados de acordo com cada uma das áreas a desenvolver em Educação Física e o perfil das turmas. O professor pode utilizar qualquer um deles para a avaliação sumativa ou apenas com caráter formativo, dependendo do perfil e do desempenho de cada turma.

Domínio	Instrumentos de Avaliação	Referentes para a Avaliação Sumativa
Atividades Físicas	Exercícios critério, formas jogadas, jogo, coreografias. Observação-feedback-observação	Níveis de desempenho; Introdutório; Elementar; Avançado
Aptidão Física	Bateria de Testes	Integração na Zona Saudável de Atividade Física (FITescola)
Conhecimentos	Trabalhos individuais ou de grupo (investigações básicas) Testes Debates	Níveis qualitativos do desempenho; Insuficiente; Suficiente; Bom; Muito Bom