

Departamento de Expressões Educação Física

Critérios de avaliação para o Ensino Secundário para alunos abrangidos por atestado médico

Domínios	Área das competências	Aprendizagens essenciais	Descritores de desempenho	Ponderação	Instrumentos de avaliação
ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS Capacidades	<p>Criativo /Expressivo (A, C, D, J)</p> <p>Crítico/Analítico (A, B, C, D, G)</p> <p>Questionador e Comunicador (A, B, D, E, F, G, H, I, J)</p>	<p>SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS - 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>Participa nas situações e procura o êxito pessoal e o do grupo:</p> <p>a) Relaciona-se com cordialidade e respeito pelos seus companheiros, nos papéis que lhe forem distribuídos;</p> <p>b) Aceita o apoio dos companheiros nos esforços de aperfeiçoamento próprio, bem como as opções do(s) outro(s) e as dificuldades reveladas por ele(s);</p> <p>c) Interessa-se e apoia os esforços dos companheiros com oportunidade, promovendo a entajuda para favorecer o aperfeiçoamento e satisfação própria e do(s) outro(s);</p> <p>d) Cooperar nas situações de aprendizagem e de organização, escolhendo as ações favoráveis ao êxito,</p>	<p>O aluno:</p> <p>Elabora sequências de habilidades;</p> <p>Elabora coreografias;</p> <p>Coopera com os companheiros na procura do êxito pessoal e do grupo;</p> <p>Coopera promovendo um clima relacional favorável ao aperfeiçoamento pessoal e prazer proporcionado pelas atividades;</p> <p>Aplica as regras de participação, acordadas na turma;</p>	60%	<p>Grelhas de registo de observação direta/avaliação (exercícios critério e/ou situação de jogo; com autonomia, criatividade e sociabilidade)</p>

	<p>segurança e bom ambiente relacional na atividade da turma;</p> <p>e) Apresenta iniciativas e propostas pessoais de desenvolvimento da atividade individual e do grupo, considerando as que são apresentadas pelos companheiros com interesse e objetividade;</p> <p>f) Assume compromissos e responsabilidades de organização e preparação das atividades individuais e/ou de grupo, cumprindo com empenho e brio as tarefas inerentes;</p> <p>g) Combina com os companheiros decisões e tarefas de grupo com equidade e respeito pelas exigências e possibilidades individuais.</p> <p>SUBÁREA GINÁSTICA - Compõe e analisa esquemas individuais e em grupo da Ginástica (Acrobática, Solo ou Aparelhos).</p> <p>SUBÁREA ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS – Aprecia e compõe nas Atividades Rítmicas Expressivas (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais), sequências de elementos técnicos elementares em coreografias individuais e ou em grupo, explicitando os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições.</p> <p>No Atletismo, saltos, corridas, lançamentos e marcha, observa corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento como juiz.</p>	<p>Age com cordialidade e respeito na relação com os colegas e o professor;</p> <p>Respeita as regras organizativas que permitam atuar em segurança;</p> <p>Faz as cumprir regras de arbitragem;</p> <p>Intervém oralmente quando solicitado.</p> <p>Aceita opções, falhas e erros dos companheiros;</p> <p>Aceita o apoio dos companheiros nos esforços de aperfeiçoamento próprio;</p> <p>Apresenta iniciativas e propostas;</p> <p>É autónomo na realização das tarefas;</p> <p>Coopera na preparação e</p>		
--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--

		<p>Observa as ações técnico -táticas elementares, nos Jogos de Raquetas (Badminton, Ténis e Ténis de Mesa) aplicando as regras como árbitro.</p> <p>Analisa as ações do domínio de oposição em Atividade de Combate (Luta), aplicando as regras como árbitro.</p> <p>Cria Percursos (Orientação) elementares, explicando as técnicas de orientação e respeitando as regras de organização, participação, e de preservação da qualidade do ambiente.</p> <p>Identifica, no Meio Aquático (Natação), as ações propulsivas específicas das técnicas selecionadas.</p> <p>Identifica e conhece os Jogos Tradicionais Populares de acordo com os padrões culturais característicos.</p>	<p>organização dos materiais.</p> <p>Explora o espaço, ritmos, música, relações interpessoais, etc.</p> <p>Cria uma ou mais soluções face a um desafio;</p> <p>Cumprir os critérios de êxito das tarefas propostas e de acordo com o NÍVEL INTRODUTÓRIO, ou ELEMENTAR.</p>		
--	--	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--

ÁREA DOS CONHECIMENTOS	Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado (A, B, G, I, J)	<p>Relacionar a Aptidão Física e Saúde, identificando os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras, a composição corporal, a alimentação, o repouso, a higiene, a afetividade e a qualidade do meio ambiente. Interpretar a dimensão sociocultural dos desportos e da atividade física na atualidade e ao longo dos tempos, identificando 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. Realizar a prestação de socorro a uma vítima de paragem cardiorrespiratória, no contexto das atividades físicas ou outro e interpretá-la como uma ação essencial, reveladora de responsabilidade individual e coletiva.</p> <p>O aluno deve ficar capaz de conhecer os métodos e meios de treino mais adequados ao desenvolvimento ou manutenção das diversas capacidades motoras. Conhecer e interpretar os fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas utilizando esse conhecimento de modo a garantir a realização de atividade física em segurança, nomeadamente: • Dopagem e riscos de vida e/ou saúde;• Doenças e lesões; • Condições materiais, de equipamentos e de orientação do treino.</p>	O aluno: <ul style="list-style-type: none">- Revela conhecimento dos conteúdos teóricos abordados na disciplina;- Relaciona Aptidão Física e Saúde com os fatores associados a um estilo de vida saudável.- Revela atitude crítica sobre a participação nas atividades físicas e suas relações com os fenómenos sociais, económicos e éticos.	40%	-Questionamento oral; - Fichas de trabalho individuais e/ou de grupo ; - Relatórios de aula; Fichas de auto e heteroavaliação.
------------------------	----------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

		<p>Conhecer e utilizar os métodos e meios de treino mais adequados ao desenvolvimento ou manutenção das diversas capacidades motoras, de acordo com a sua aptidão atual e o estilo de vida, cuidando o doseamento da intensidade e duração do esforço, respeitando em todas as situações os princípios básicos do treino. Analisar criticamente aspetos gerais da ética na participação nas Atividades Físicas Desportivas, relacionando os interesses sociais, económicos, políticos e outros com algumas das suas “perversões”, nomeadamente: • Especialização precoce e exclusão ou abandono precoces; • Violência (dos espectadores e dos atletas) vs. Espírito desportivo; • Corrupção vs. Verdade desportiva.</p>			
--	--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--	--