

| Critérios de avaliação e classificação | | Ano letivo 2024/2025 |
|--|--|------------------------|
| Disciplina: Educação Física | Ano de escolaridade: 10º, 11º e 12º Profissional | Grupo Disciplinar: 620 |

| CONHECIMENTOS E CAPACIDADES | | | | |
|-----------------------------|------------|--|--|--|
| Domínio(D)/Te ma/Módulo* | Ponderação | AE/Descritores de desempenho | Perfil do aluno | Processos de recolha de informação |
| Atividades Físicas | 50% | <p>Módulo 1, 2 e 3 - JDC I, II e III- Cooperar com os companheiros para o alcance dos objetivos do Nível Introdução/ou elementar do Jogo Desportivo Coletivo, realizando com oportunidade e correção as ações técnico-táticas, em todas as funções, conforme a posição em cada fase do jogo, aplicando as regras, não só como atleta mas também como árbitro.</p> <p>Módulo 4, 5 e 6 - GINÁSTICA I, II e III -Realizar esquemas individuais, combinando habilidades do Nível Introdução/ elementar da Ginástica de Solo, aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação das destrezas e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios. Realizar elementos, habilidades ou saltos do Nível Introdução/elementar de um aparelho da Ginástica de Aparelhos, colaborando com os companheiros nas ajudas, paradas e correções que favoreçam a melhoria das suas prestações, garantindo condições de segurança, pessoal e dos companheiros, e colaborando na preparação, arrumação e preservação do material. Do nível introdução conhece e efetua com correção técnica as pegas, os montes e desmontes do tipo simples ligados aos elementos a executar.</p> <p>Módulo 7 e 8- ATLETISMO, PATINAGEM, RAQUETAS I e II -Realizar com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares do nível introdução /elementar, aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro.</p> <p>Módulo 9 -Atividades de exploração da natureza - Cooperar com os companheiros para o alcance dos objetivos do Nível Introdução de uma atividade de exploração da natureza, aplicando as regras não só como atleta mas também como juiz, árbitro.</p> <p>Módulo 10, 11 e 12 - DANÇA I, II e III (Danças sociais/tradicionais) - Apreciar, compor e realizar seqüências de elementos técnicos, integrados no Nível Introdução/elementar da dança selecionada, em coreografias individuais e de grupo, correspondendo aos critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições.</p> | <p>Respeitador da diferença (A, B, E, F, H)</p> <p>Questionador e Comunicador (A, B, D, E, F, G, H, I, J)</p> <p>Autoavaliador/ Heteroavaliador (transversal às áreas) Participativo/ colaborador/ Cooperante/ Responsável/ Autônomo (B, C, D, E, F, G, I, J)</p> <p>Criativo /Expressivo (A, C, D, J)</p> <p>Crítico/Analítico (A, B, C, D, G)</p> <p>Cuidador de si e do outro (B, E, F, G)</p> <p>Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado (A, B, G, I, J)</p> <p>Indagador/ Investigador/</p> | <p>Observação direta</p> <p>Grelhas de registo</p> <p>Rubricas</p> <p>Trabalhos e/ou Testes escritos e/ou Questionamento</p> |

| | | | | |
|---------------------------------------|-----|--|--|--|
| Conhecimentos | 20% | O aluno revela domínio dos conhecimentos definidos pelo Programa Nacional de EF, de acordo com as Aprendizagens Essenciais e Perfil do Aluno. Conhece o objetivo do jogo, a função e o modo de execução das principais ações técnico-táticas e as suas principais regras. | Sistematizador/ organizador (A, B, C, D, F, H, I, j) | oral Autoavaliação |
| Aptidão Física | 50% | Módulo 13 - APTIDÃO FÍSICA - Desenvolve capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do Programa FITescola, para a sua idade e sexo. | Respeitador da diferença (A, B, E, F, H) Questionador e Comunicador (A, B, D, E, F, G, H, I, J) Autoavaliador/ Heteroavaliador (transversal às áreas) Participativo/ colaborador/ Cooperante/ Responsável/ Autónomo (B, C, D, E, F, G, I, J) Criativo /Expressivo (A, C, D, J) Crítico/Analítico (A, B, C, D, G) Cuidador de si e do outro (B, E, F, G) Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado (A, B, G, I, J) Indagador/ Investigador/ Sistematizador/ organizador (A, B, C, D, F, H, I, j) | Observação direta Grelhas de registo Rubricas Trabalhos e/ou Testes escritos e/ou Questionamento oral Autoavaliação |
| Conhecimentos | 20% | O aluno revela domínio dos conhecimentos definidos pelo Programa Nacional de EF, de acordo com as Aprendizagens Essenciais e Perfil do Aluno. | | |
| Atividades Físicas/ Contextos e Saúde | 70% | Módulo 14, 15 e 16 - AT.FIS/CONTEXTOS E SAÚDE I, II e III - O aluno revela domínio dos conhecimentos essenciais definidos na primeira, segunda e terceira parte do programa, referentes à área dos conhecimentos. | Respeitador da diferença (A, B, E, F, H) Questionador e Comunicador (A, B, D, E, F, G, H, I, J) | Trabalhos e/ou Testes escritos e/ou Questionamento oral |

| | | | | |
|--|--|--|--|---------------|
| | | | <p>Autoavaliador/ Heteroavaliador (transversal às áreas) Participativo/ colaborador/ Cooperante/ Responsável/ Autónimo (B, C, D, E, F, G, I, J)</p> <p>Criativo /Expressivo (A, C, D, J)</p> <p>Crítico/Analítico (A, B, C, D, G)</p> <p>Cuidador de si e do outro (B, E, F, G)</p> <p>Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado (A, B, G, I, J)</p> <p>Indagador/ Investigador/ Sistematizador/ organizador (A, B, C, D, F, H, I, j)sabedor/ culto/ informado (A, B, G, I, J) Indagador/ Investigador/ Sistematizador/ organizador (A, B, C, D, F, H, I, j)</p> | Autoavaliação |
|--|--|--|--|---------------|

| ATITUDES E VALORES | | | | |
|--------------------|--------------|--|------------------------------|--|
| Critérios | Ponderação** | AE/Descritores de desempenho | Perfil do aluno | Processos de recolha de informação |
| Cidadania | | <ul style="list-style-type: none"> - Respeitar todos os membros da comunidade escolar. - Trabalhar de modo cooperativo com espírito de partilha e entreajuda. - Adequar o comportamento. - Argumentar, negociar e aceitar diferentes pontos de vista. - Preservar os espaços e os equipamentos. | A, B, C, D, E, F, G, H, I, J | Observação direta Grelhas de observação |
| Participação | | <ul style="list-style-type: none"> - Participar na aula com intervenções de qualidade. | | |

| | | | |
|--------------------------------|--------------------|---|----------------------|
| | Profissional - 30% | <ul style="list-style-type: none"> - Participar nas atividades propostas. - Ter espírito de iniciativa. - Contribuir com ideias/propostas (novas/criativas) válidas para o desenvolvimento de tarefas/atividades. - Procurar ser autónomo na realização das atividades/tarefas. | Rubrica de avaliação |
| Responsabilidade | | <ul style="list-style-type: none"> - Ter o material necessário para a aula. - Realizar todas as tarefas propostas. - Cumprir o prazo de realização das tarefas. - Ser pontual. - Ser organizado nos materiais escolares/colaborar na sua organização. | |
| Autorregulação e autoavaliação | | <ul style="list-style-type: none"> - Ser perseverante e procurar fazer mais e melhor. - Demonstrar empenho na melhoria das aprendizagens após feedback. - Reconhecer as suas dificuldades e progressos. - Ter espírito crítico. - Ter sentido de justiça em relação ao trabalho realizado. | |

Nota: O Módulo 13 - Aptidão física, desenvolve-se ao longo dos três anos de curso. Todos os anos será atribuída uma classificação que ficará registada em ata. No final dos três anos será feita a média e atribuída a classificação final.

| ATESTADO MÉDICO | | | | |
|-------------------------------------|------------|---|---|--|
| CONHECIMENTOS | | | | |
| Domínio(D)/Tema /Módulo* | Ponderação | AE/Descritores de desempenho | Perfil do aluno | Processos de recolha de informação |
| Atividades Físicas Conhecimentos | 70% | <p>O aluno revela domínio dos conhecimentos definidos pelo Programa Nacional de EF, de acordo com as Aprendizagens Essenciais e Perfil do Aluno.</p> <p>Conhece o objetivo do jogo, a função e o modo de execução das principais ações técnico-táticas e as suas principais regras.</p> | <p>Respeitador da diferença (A, B, E, F, H)</p> <p>Questionador e Comunicador (A, B, D, E, F, G, H, I, J)</p> | <p>Relatórios de aula,</p> <p>Trabalho de pesquisa (fora de aula) e/ou</p> |

| | | | | |
|--|------------|---|--|---|
| <p>Aptidão Física Conhecimentos</p> | <p>70%</p> | <p>Módulo 13 - APTIDÃO FÍSICA</p> <p>Saber: O que é a aptidão física As Componentes da aptidão física relacionadas com a saúde Os benefícios de ter elevados níveis de força e de resistência muscular Os benefícios de ter elevados níveis de flexibilidade</p> <p>O aluno revela domínio dos conhecimentos definidos pelo Programa Nacional de EF, de acordo com as Aprendizagens Essenciais e Perfil do Aluno.</p> | <p>Autoavaliador/ Heteroavaliador (transversal às áreas) Participativo/ colaborador/ Cooperante/ Responsável/ Autónimo (B, C, D, E, F, G, I, J)</p> <p>Criativo /Expressivo (A, C, D, J)</p> | <p>Teste escritos e/ou Questionamento oral</p> <p>Autoavaliação</p> |
| <p>Atividades Físicas/ Contextos e Saúde</p> | <p>70%</p> | <p>Módulo 14, 15 e 16 - AT.FIS/CONTEXTOS E SAÚDE , II e III - - O aluno revela domínio dos conhecimentos essenciais definidos na primeira, segunda e terceira parte do programa, referentes à área dos conhecimentos.</p> | <p>Crítico/Analítico (A, B, C, D, G)</p> <p>Cuidador de si e do outro (B, E, F, G)</p> <p>Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado (A, B, G, I, J)</p> <p>Indagador/ Investigador/ Sistematizador/ organizador (A, B, C, D, F, H, I, j)sabedor/ culto/ informado (A, B, G, I, J)</p> <p>Indagador/ Investigador/ Sistematizador/ organizador (A, B, C, D, F, H, I, j)</p> | |

Nota: Os alunos com atestado médico (condições especiais), estarão dispensados da componente física/prática (matérias) de acordo com o relatório médico, sendo avaliados pelos Domínios (Atitudes e Valores e Conhecimentos dos três Domínios).

| ATITUDES E VALORES | | | | |
|--------------------------------|--------------------|--|------------------------------|--|
| Critérios | Ponderação** | AE/Descritores de desempenho | Perfil do aluno | Processos de recolha de informação |
| Cidadania | Profissional - 30% | <ul style="list-style-type: none"> - Respeitar todos os membros da comunidade escolar. - Trabalhar de modo cooperativo com espírito de partilha e entreadajuda. - Adequar o comportamento. - Argumentar, negociar e aceitar diferentes pontos de vista. - Preservar os espaços e os equipamentos. | A, B, C, D, E, F, G, H, I, J | Observação direta Grelhas de observação Rubrica de avaliação |
| Participação | | <ul style="list-style-type: none"> - Participar na aula com intervenções de qualidade. - Participar nas atividades propostas. - Ter espírito de iniciativa. - Contribuir com ideias/propostas (novas/criativas) válidas para o desenvolvimento de tarefas/atividades. - Procurar ser autónomo na realização das atividades/tarefas. | | |
| Responsabilidade | | <ul style="list-style-type: none"> - Ter o material necessário para a aula. - Realizar todas as tarefas propostas. - Cumprir o prazo de realização das tarefas. - Ser pontual. - Ser organizado nos materiais escolares/colaborar na sua organização. | | |
| Autorregulação e autoavaliação | | <ul style="list-style-type: none"> - Ser perseverante e procurar fazer mais e melhor. - Demonstrar empenho na melhoria das aprendizagens após feedback. - Reconhecer as suas dificuldades e progressos. - Ter espírito crítico. - Ter sentido de justiça em relação ao trabalho realizado. | | |