

**Agrupamento de Escolas de S. Pedro do Sul - 161780**
**Escola-sede: Escola Secundária de S. Pedro do Sul**
**Critérios de Avaliação da disciplina de Educação Física (Cursos Profissionais- 10º, 11º e 12º anos) ANO Letivo 2023/24**

Domínios /Áreas	Fator de ponderação	Aprendizagens específicas	Descritores do Perfil dos Alunos	Instrumentos de avaliação
<b>Área das Atividades Físicas e Aptidão Física</b> (Módulos de componente prática)	<b>100%</b>	<p><b>Jogos Desportivos Coletivos*</b></p> <p>Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo, nas modalidades coletivas 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><b>Ginástica*</b></p> <p>Compor, realizar e analisar da Ginástica de Solo e de Aparelhos, 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><b>Atletismo /Raquetes (Badminton)*</b></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>Realizar com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares no Badminton, garantindo a iniciativa e a ofensividade em participações «individuais» e «a pares», aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro.</p> <p><b>Dança*</b></p> <p>Apreciar, compor e realizar, na Dança, seqüências de elementos técnicos elementares, em seqüências de passos/figuras dominando princípios básicos de condução, nomeadamente para mudanças de sentido e de direção e em coreografias individuais e/ou em par, aplicando os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições.</p> <p><b>Atividades de Exploração da Natureza *</b></p> <p>Realizar, na Orientação, percursos elementares, utilizando técnicas de orientação e respeitando as regras de organização, participação, e de preservação da qualidade do ambiente.</p> <p><b>Aptidão Física*</b></p> <p>Desenvolver capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física, para a sua idade e género.</p> <p>Manifestar sentido de responsabilidade, interesse e empenho no cumprimento das tarefas da aula e atividades organizadas pelo grupo de Educação Física,</p> <p>Revelar adequação do comportamento ao normal desenvolvimento das atividades letivas: respeito pelo professor e pelos colegas; utilização e manuseamento adequado de materiais, equipamentos e espaços.</p> <p>Realizar as tarefas com autonomia, respeitando o tempo dos outros.</p> <p>Apresentar capacidade de autocrítica e de melhoria: capacidade de integrar as críticas e sugestões e de se autoavaliar.</p>	<p>Criativo /Expressivo <b>(A, C, D, J)</b></p> <p>Crítico/Analítico <b>(A, B, C, D, G)</b></p> <p>Indagador/ Investigador/ Sistematizador/ Organizador <b>(A, B, C, D, F, H, I, J)</b></p> <p>Respeitador da diferença <b>(A, B, E, F, H)</b></p> <p>Questionador e Comunicador <b>(A, B, D, E, F, G, H, I, J)</b></p> <p>Participativo/ Colaborador/ Cooperante/ Responsável/ Autónomo <b>(B, C, D, E, F, G, I, J)</b></p> <p>Respeitador da diferença <b>(A, B, E, F, H)</b></p> <p>Responsável /Autónomo <b>(C, D, E, F, G, I, J)</b></p>	<p>Autoavaliador (transversal às áreas)</p> <p>Grelhas de registo por observação direta focalizadas no desempenho nas subáreas das atividades físicas e na capacidade de intervenção, conhecimento, participação, empenho e no comportamento</p> <p>Testes de condição física – Fitescola</p>

**Legenda:** **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

**Nota** - Para os alunos que apresentem atestado médico que os dispense da componente prática da Área das Atividades Físicas, mantém-se na sua avaliação a existência de todos os parâmetros, sendo que, as áreas/temas (atividades físicas e aptidão física), será constituído pela avaliação de atividades educativas específicas, a determinar pelo professor da turma, face ao teor do atestado médico, os restantes são idênticos aos dos alunos do regime normal.

Agrupamento de Escolas de S. Pedro do Sul - 161780

Escola-sede: Escola Secundária de S. Pedro do Sul

Perfil de Aprendizagens Específicas da disciplina de Educação Física (Cursos Profissionais- 10º, 11º e 12º anos) ANO Letivo 2023/24

Domínios	Standards				
	18-20 valores	14-17	10-13 valores	7-9	0-6 valores
Descritores de Níveis de Desempenho					
<p><b>Área das Atividades Físicas e Aptidão Física</b> (Módulos de componente prática)</p>	<p>Domina todos os elementos técnicos específicos da modalidade;</p> <p>Identifica e utiliza todos os códigos de comunicação não verbal;</p> <p>Cumpr sempre as regras/regulamentos da modalidade;</p> <p>Domina os processos com grande sentido de elevação do nível funcional da aptidão física.</p> <p>Revela sempre iniciativa, autonomia e realiza as atividades com empenho e perseverança</p> <p>Manifesta atitudes que denotam um elevado sentido de responsabilidade (assiduidade, pontualidade, comparece sempre em todas as aulas com o material necessário, cumprindo os prazos estabelecidos, demonstrando elevado espírito desportivo);</p> <p>Revela um comportamento adequado, como esperado, ao normal desenvolvimento das atividades letivas (respeito pelo professor e pelos colegas, utilização e manuseamento adequado dos materiais, equipamentos e espaços);</p> <p>Apresenta capacidade de autocrítica e de melhoria (capacidade de integrar as críticas e sugestões e de se autoavaliar).</p>		<p>Domina quase todos os elementos técnicos específicos da modalidade;</p> <p>Identifica e utiliza quase todos os códigos de comunicação não verbal;</p> <p>Cumpr quase sempre as regras/regulamentos da modalidade;</p> <p>Domina, quase sempre, os processos com sentido de elevação do nível funcional da aptidão física.</p> <p>Revela, quase sempre, iniciativa, autonomia e realiza as atividades com empenho e perseverança</p> <p>Manifesta, quase sempre, atitudes que denotam um elevado sentido de responsabilidade (assiduidade, pontualidade. Comparece, quase sempre, às aulas com o material necessário. Cumpr, quase sempre, os prazos estabelecidos. Demonstra, quase sempre, espírito desportivo);</p> <p>Revela, quase sempre, um comportamento adequado, como esperado, ao normal desenvolvimento das atividades letivas (respeito pelo professor e pelos colegas, utilização e manuseamento adequado dos materiais, equipamentos e espaços);</p> <p>Apresenta, quase sempre, capacidade de autocrítica e de melhoria (capacidade de integrar as críticas e sugestões e de se autoavaliar).</p>		<p>Não domina os elementos técnicos específicos da modalidade;</p> <p>Não identifica nem utiliza todos os códigos de comunicação não verbal;</p> <p>Não cumpr as regras/regulamentos da modalidade;</p> <p>Não domina os processos de elevação do nível funcional da aptidão física.</p> <p>Não revela iniciativa, autonomia e realiza as atividades com empenho e perseverança</p> <p>Não manifesta atitudes que denotam um elevado sentido de responsabilidade (assiduidade, pontualidade. Não comparece em todas as aulas com o material necessário. Não cumpr os prazos estabelecidos, nem demonstra espírito desportivo);</p> <p>Não revela um comportamento adequado, como esperado, ao normal desenvolvimento das atividades letivas (respeito pelo professor e pelos colegas, utilização e manuseamento adequado dos materiais, equipamentos e espaços);</p> <p>Não apresenta capacidade de autocrítica e de melhoria (capacidade de integrar as críticas e sugestões e de se autoavaliar).</p>

Agrupamento de Escolas de S. Pedro do Sul - 161780

Escola-sede: Escola Secundária de S. Pedro do Sul

**Critérios de Avaliação da disciplina de Educação Física (Cursos Profissionais- 10º, 11º e 12º anos) ANO Letivo 2023/24**

Domínios /Áreas	Fator de ponderação	Aprendizagens específicas	Descritores do Perfil dos Alunos	Instrumentos de avaliação
<p>Área dos Conhecimentos ACT.FIS/ CONTEXTOS E SAÚDE (Módulo Teórico)</p>	<p>100%</p>	<p><b>10º Ano</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Relacionar Aptidão Física e Saúde e identifica 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.</li> <li>- Conhecer e interpretar fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas, tais como doenças, lesões, substâncias dopantes e condições materiais, de equipamentos e de orientação do treino, utilizando esse conhecimento de modo a garantir a realização de atividade física em segurança.</li> <li>- Identificar fenómenos associados a limitações das possibilidades de prática das Atividades Físicas, da Aptidão Física e da Saúde dos indivíduos e das populações, tais como o sedentarismo e a evolução tecnológica, a poluição, o urbanismo e a industrialização, relacionando-os com a evolução das sociedades.</li> </ul> <p><b>11º Ano</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Conhecer processos de controlo do esforço e identifica sinais de fadiga ou inadaptação à exercitação praticada, evitando riscos para a Saúde, tais como: dores, mal-estar, dificuldades respiratórias, fadiga e recuperação difícil.</li> <li>- Compreender, traduzindo em linguagem própria, a dimensão cultural da Atividade Física na atualidade e ao longo dos tempos: – Identificando as características que lhe conferem essa dimensão; – Reconhecendo a diversidade e variedade das atividades físicas, e os contextos e objetivos com que se realizam; – Distinguindo Desporto e Educação Física, reconhecendo o valor formativo de ambos, na perspetiva da educação permanente.</li> </ul> <p><b>12º Ano</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Identificar o tipo de atividade (desportiva ou outra) cuja prática pode, face à especificidade do esforço solicitado, contribuir para a melhoria da sua aptidão física, tendo em vista a sua saúde e bem-estar.</li> <li>- 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: – A especialização precoce e a exclusão ou abandono precoces; – A dopagem e os riscos de vida e/ou saúde; – A violência (dos espectadores e dos atletas) vs espírito desportivo; – A corrupção vs verdade desportiva.</li> </ul> <p>Manifestar sentido de responsabilidade, interesse e empenho no cumprimento das tarefas da aula e atividades organizadas pelo grupo de Educação Física,</p> <p>Revelar adequação do comportamento ao normal desenvolvimento das atividades letivas: respeito pelo professor e pelos colegas; utilização e manuseamento adequado de materiais, equipamentos e espaços.</p> <p>Realizar as tarefas com autonomia, respeitando o tempo dos outros.</p> <p>Apresentar capacidade de autocritica e de melhoria: capacidade de integrar as críticas e sugestões e de se autoavaliar.</p>	<p>Conhecedor/sabedor/ culto/informado <b>(A, B, G, I, J)</b></p> <p>Respeitador da diferença <b>(A, B, E, F, H)</b></p> <p>Responsável /Autônomo <b>(C, D, E, F, G, I, J)</b></p>	<p>Autoavaliador (transversal às áreas)</p> <p>Fichas de avaliação Trabalhos de grupo e/ou Trabalhos Individuais</p> <p>Grelhas de registo por observação direta focalizadas na capacidade de intervenção, conhecimento, participação, empenho e no comportamento</p>

Agrupamento de Escolas de S. Pedro do Sul - 161780  
Escola-sede: Escola Secundária de S. Pedro do Sul

**Perfil de Aprendizagens Específicas da disciplina de Educação Física (Cursos Profissionais- 10º, 11º e 12º anos) ANO Letivo 2023/24**

Domínios	Standards				
	18-20 valores	14-17	10-13 valores	7-9	0-6 valores
	Descritores de Níveis de Desempenho				
<p><b>Área dos Conhecimentos</b> <b>ACT.FIS/ CONTEXTOS E SAÚDE</b> (Módulo Teórico)</p>	<p>Utiliza sempre linguagem científica e técnica; Realiza todas as tarefas associadas à compreensão e mobilização dos conhecimentos; Domina instrumentos diversificados para pesquisar, validar e mobilizar informação; Analisa e interpreta com rigor documentos de interesse; Revela sempre iniciativa, autonomia e realiza as atividades com empenho e perseverança Manifesta atitudes que denotam um elevado sentido de responsabilidade (assiduidade, pontualidade, comparece sempre em todas as aulas com o material necessário, cumprindo os prazos estabelecidos); Revela um comportamento adequado, como esperado, ao normal desenvolvimento das atividades letivas (respeito pelo professor e pelos colegas, utilização e manuseamento adequado dos materiais, equipamentos e espaços); Apresenta capacidade de autocrítica e de melhoria (capacidade de integrar as críticas e sugestões e de se autoavaliar).</p>		<p>Utiliza quase sempre linguagem científica e técnica; Realiza quase todas as tarefas associadas à compreensão e mobilização dos conhecimentos; Domina alguns instrumentos diversificados para pesquisar, validar e mobilizar informação; Analisa e interpreta com algum rigor documentos de interesse; Revela, quase sempre, iniciativa, autonomia e realiza as atividades com empenho e perseverança Manifesta, quase sempre, atitudes que denotam um elevado sentido de responsabilidade (assiduidade, pontualidade. Comparece, quase sempre, às aulas com o material necessário. Cumpre, quase sempre, os prazos estabelecidos); Revela, quase sempre, um comportamento adequado, como esperado, ao normal desenvolvimento das atividades letivas (respeito pelo professor e pelos colegas, utilização e manuseamento adequado dos materiais, equipamentos e espaços); Apresenta, quase sempre, capacidade de autocrítica e de melhoria (capacidade de integrar as críticas e sugestões e de se autoavaliar).</p>		<p>Não utiliza linguagem científica e técnica; Não realiza as tarefas associadas à compreensão e mobilização dos conhecimentos; Não domina instrumentos diversificados para pesquisar, validar e mobilizar informação; Não consegue analisar e interpretar documentos de interesse; Não revela iniciativa, autonomia e realiza as atividades com empenho e perseverança Não manifesta atitudes que denotam um elevado sentido de responsabilidade (assiduidade, pontualidade. Não comparece em todas as aulas com o material necessário. Não cumpre os prazos estabelecidos); Não revela um comportamento adequado, como esperado, ao normal desenvolvimento das atividades letivas (respeito pelo professor e pelos colegas, utilização e manuseamento adequado dos materiais, equipamentos e espaços); Não apresenta capacidade de autocrítica e de melhoria (capacidade de integrar as críticas e sugestões e de se autoavaliar).</p>