

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO (ensino secundário)

Departamento: Expressões e Tecnologias

Área disciplinar – Educação Física

11º ano de escolaridade

Áreas de Competências do PASEO*	Domínios	Descritores de desempenho	Modalidades/ Instrumentos de Avaliação	Ponderação
<p>A – Linguagem e textos</p> <p>B – Informação e comunicação</p> <p>C – Raciocínio e resolução de problemas</p> <p>D – Pensamento crítico e pensamento criativo</p> <p>I – Saber científico, técnico e tecnológico</p> <p>G – Bem-estar, saúde e ambiente</p> <p>E – Relacionamento interpessoal</p> <p>F – Desenvolvimento pessoal e autonomia</p> <p>H - Sensibilidade estética e artística</p> <p>J - Consciência e domínio do corpo</p>	<p>ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS (AAF)</p> <p>SUBÁREA</p> <p>JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS</p> <p>(FUTEBOL VOLEIBOL)</p>	<p>Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo, nos Jogos Desportivos Coletivos, 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>Muito insuficiente (0 a 5): Não coopera com os companheiros no alcance do objetivo do jogo. Não realiza com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares em todas as funções e momentos do jogo. Não aplica as regras básicas do jogo.</p> <p>Insuficiente (6 a 9): Coopera, raramente, com os companheiros no alcance do objetivo do jogo. Realiza, raramente, com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares em todas as funções e momentos do jogo. Aplica, raramente, as regras básicas do jogo.</p> <p>Suficiente (10 a 13): Coopera, ocasionalmente, com os companheiros no alcance do objetivo do jogo . Realiza, ocasionalmente, com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares em todas as funções e momentos do jogo. Aplica, ocasionalmente, as regras básicas do jogo.</p> <p>Bom (14 a 17): Coopera, regularmente, com os companheiros no alcance do objetivo do jogo. Realiza, regularmente, com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares em todas as funções e momentos do jogo. Aplica, regularmente, as regras básicas do jogo.</p> <p>Muito Bom (18 a 20): Coopera, sistematicamente, com os companheiros no alcance do objetivo do jogo. Realiza, sistematicamente, com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares em todas as funções e momentos do jogo. Aplica, sistematicamente, as regras básicas do jogo.</p>	<p>Para aferição de conhecimentos, capacidades e atitudes e valores (Avaliação de desempenho processual)</p> <p>Grelhas de registos relativas a recolha de informação: - Observação em contexto de aula; - Desempenho (motor e conhecimentos teóricos) / atitudes, valores e cidadania, por modalidade.</p>	<p>100%</p> <p>(AAF) 75% (média aritmética simples das modalidades)</p>

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO (ensino secundário)

Departamento: Expressões e Tecnologias

Área disciplinar – Educação Física

11º ano de escolaridade

Áreas de Competências do PASEO*	Domínios	Descritores de desempenho	Modalidades/ Instrumentos de Avaliação	Ponderação
	<p>SUBÁREA</p> <p>ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS</p> <p>(DANÇAS SOCIAIS - CHÁ-CHÁ-CHÁ)</p>	<p>Apreciar, compor e realizar, no chá-chá-chá, sequências de elementos técnicos elementares em coreografia, aplicando os critérios de expressividade, de acordo com os motivos da composição.</p> <p>Muito insuficiente (0 a 5): Não aprecia a sincronização dos diferentes passos/figuras a executar; Não compõe uma coreografia; Não realiza os diferentes passos/figuras a executar com coordenação e fluidez.</p> <p>Insuficiente (6 a 9): Aprecia, com dificuldade a sincronização dos diferentes passos/figuras a executar; Compõe com dificuldade uma coreografia que respeita as características da dança; Realiza, com dificuldade os diferentes passos/figuras a executar, com coordenação e fluidez.</p> <p>Suficiente (10 a 13): Aprecia, com alguma dificuldade a sincronização dos diferentes passos/figuras a executar; Compõe com alguma dificuldade uma coreografia que respeita as características da dança; Realiza, com alguma dificuldade os diferentes passos/figuras a executar com coordenação e fluidez.</p> <p>Bom (14 a 17): Aprecia, sem dificuldade a sincronização dos diferentes passos/figuras a executar; Compõe sem dificuldade uma coreografia que respeita as características da dança; Realiza, sem dificuldade os diferentes passos/figuras a executar com coordenação e fluidez.</p> <p>Muito Bom (18 a 20): Aprecia, corretamente, com noção rítmica e espaço temporal, a sincronização dos diferentes passos/figuras a executar; Compõe corretamente uma coreografia que respeita as características da dança; Realiza, corretamente e com sentido rítmico, os diferentes passos/figuras a executar.</p>	<p>Grelhas de registos relativas a recolha de informação:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Observação em contexto de aula; - Desempenho (motor e conhecimentos teóricos) / atitudes, valores e cidadania, por modalidade. 	

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO (ensino secundário)

Departamento: Expressões e Tecnologias

Área disciplinar – Educação Física

11º ano de escolaridade

Áreas de Competências do PASEO*	Domínios	Descritores de desempenho	Modalidades/ Instrumentos de Avaliação	Ponderação
	SUBÁREA GINÁSTICA (GINÁSTICA ACROBÁTICA)	<p>Compôr, realizar e analisar esquemas individuais e em grupo da Ginástica aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação das destrezas, e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios.</p> <p>Muito insuficiente (0 a 5): Não compõe uma coreografia composta por figuras de pares e/ou trios Não realiza as pegas, os montes e desmontes do tipo simples ligados aos elementos a executar Não aprecia a sincronização dos diversos elementos acrobáticos e coreográficos, quer como base quer como volante, demonstrando falta de coordenação e fluidez</p> <p>Insuficiente (6 a 9): Compõe, com muita dificuldade uma coreografia composta por figuras de pares e/ou trios Realiza, com muita dificuldade as pegas, os montes e desmontes do tipo simples ligados aos elementos a executar Aprecia, com muita dificuldade a sincronização dos diversos elementos acrobáticos e coreográficos, quer como base quer como volante, demonstrando falta de coordenação e fluidez</p> <p>Suficiente (10 a 13): Compõe, com alguma dificuldade uma coreografia composta por figuras de pares e/ou trios Realiza, com alguma dificuldade as pegas, os montes e desmontes do tipo simples ligados aos elementos a executar Aprecia, com alguma dificuldade a sincronização dos diversos elementos acrobáticos e coreográficos, quer como base quer como volante, demonstrando falta de coordenação e/ou fluidez</p> <p>Bom (14 a 17): Compõe, sem dificuldade uma coreografia composta por figuras de pares e/ou trios Realiza, sem dificuldade as pegas, os montes e desmontes do tipo simples ligados aos elementos a executar Aprecia, sem dificuldade a sincronização dos diversos elementos acrobáticos e coreográficos, quer como base quer como volante, demonstrando coordenação e fluidez</p> <p>Muito Bom (18 a 20): Compõe, corretamente e com criatividade uma coreografia composta por figuras de pares e/ou trios Realiza, corretamente e com fluidez as funções, quer como base quer como volante, na sincronização, com coordenação, dos diversos elementos acrobáticos e coreográficos Aprecia, corretamente e com critério a sincronização dos diversos elementos acrobáticos e coreográficos, quer como base quer como volante, demonstrando coordenação e fluidez</p>	<p>Grelhas de registos relativas a recolha de informação: - Observação em contexto de aula; - Desempenho (motor e conhecimentos teóricos) / atitudes, valores e cidadania, por modalidade.</p>	

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO (ensino secundário)

Departamento: Expressões e Tecnologias

Área disciplinar – Educação Física

11º ano de escolaridade

Áreas de Competências do PASEO*	Domínios	Descritores de desempenho	Modalidades/ Instrumentos de Avaliação	Ponderação
	SUBÁREA OUTRAS (JUDO)	<p>Realizar com oportunidade e correcção as acções do domínio de oposição do Judo, utilizando as técnicas de projecção e controlo, com oportunidade, segurança (própria e do opositor) e aplicando as regras quer como executante quer como árbitro.</p> <p>Muito insuficiente (0 a 5): Não realiza, com oportunidade e correcção, as acções do domínio de oposição Não utiliza, com oportunidade e correcção, as técnicas de projecção e controlo Não aplica, quer como praticante quer como árbitro, as regras de segurança</p> <p>Insuficiente (6 a 9): Raramente realiza, com oportunidade e correcção, as acções do domínio de oposição Raramente utiliza, com oportunidade e correcção, as técnicas de projecção e controlo Raramente aplica, quer como praticante quer como árbitro, as regras de segurança</p> <p>Suficiente (10 a 13): Ocasionalmente, realiza com oportunidade e correcção, as acções do domínio de oposição Ocasionalmente utiliza, com oportunidade e correcção, as técnicas de projecção e controlo Ocasionalmente aplica, quer como praticante quer como árbitro, as regras de segurança</p> <p>Bom (14 a 17): Regularmente realiza, com oportunidade e correcção, as acções do domínio de oposição Regularmente utiliza, com oportunidade e correcção, as técnicas de projecção e controlo Regularmente aplica, quer como praticante quer como árbitro, as regras de segurança</p> <p>Muito Bom (18 a 20): Sistemáticamente realiza, com oportunidade e correcção, as acções do domínio de oposição Sistemáticamente utiliza, com oportunidade e correcção, as técnicas de projecção e controlo Sistemáticamente aplica, quer como praticante quer como árbitro, as regras de segurança</p>	<p>Grelhas de registos relativas a recolha de informação:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Observação em contexto de aula; - Desempenho (motor e conhecimentos teóricos) / atitudes, valores e cidadania, por modalidade. 	

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO (ensino secundário)

Departamento: Expressões e Tecnologias

Área disciplinar – Educação Física

11º ano de escolaridade

Áreas de Competências do PASEO*	Domínios	Descritores de desempenho	Modalidades/ Instrumentos de Avaliação	Ponderação
	<p>SUBÁREA</p> <p>JOGOS TRADICIONAIS</p>	<p>Praticar e conhecer Jogos Tradicionais Populares de acordo com os padrões culturais caraterísticos</p> <p>Muito insuficiente (0 a 5): Não conhece o contexto sócio histórico da prática de jogos tradicionais caraterísticos da região. Não coopera com os companheiros na prática de jogos tradicionais regionais. Não apresenta os jogos por si selecionados, de acordo com as regras específicas e padrões caraterísticos dos mesmos.</p> <p>Insuficiente (6 a 9): Raramente conhece o contexto sócio histórico da prática de jogos tradicionais caraterísticos da região. Raramente coopera com os companheiros na prática de jogos tradicionais regionais. Raramente apresenta os jogos por si selecionados, de acordo com as regras específicas e padrões caraterísticos dos mesmos.</p> <p>Suficiente (10 a 13): Ocasionalmente conhece o contexto sócio histórico da prática de jogos tradicionais caraterísticos da região. Ocasionalmente coopera com os companheiros na prática de jogos tradicionais regionais. Ocasionalmente apresenta os jogos por si selecionados, de acordo com as regras específicas e padrões caraterísticos dos mesmos.</p> <p>Bom (14 a 17): Regularmente conhece o contexto sócio histórico da prática de jogos tradicionais caraterísticos da região. Regularmente coopera com os companheiros na prática de jogos tradicionais regionais. Regularmente apresenta os jogos por si selecionados, de acordo com as regras específicas e padrões caraterísticos dos mesmos.</p> <p>Muito Bom (18 a 20): Sistemáticamente conhece o contexto sócio histórico da prática de jogos tradicionais caraterísticos da região. Sistemáticamente coopera com os companheiros na prática de jogos tradicionais regionais. Sistemáticamente apresenta os jogos por si selecionados, de acordo com as regras específicas e padrões caraterísticos dos mesmos.</p>	<p>Grelhas de registos relativas a recolha de informação:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Observação em contexto de aula; - Desempenho (motor e conhecimentos teóricos) / atitudes, valores e cidadania, por modalidade. 	

Áreas de Competências do PASEO*	Domínios	Descritores de desempenho	Modalidades/ Instrumentos de Avaliação	Ponderação
	ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA	<p>O aluno deve ficar capaz de: Desenvolver capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola®, para a sua idade e sexo.</p> <p>O aluno, de acordo com os respetivos valores de referência encontra-se na zona: Precisa Melhorar; Zona Saudável; Perfil Atlético;</p> <p><i>OBS: No site da Plataforma FITescola® (http://fitescola.dge.mec.pt) encontram-se os valores referentes à Zona Saudável da Aptidão Física.</i></p> <p>Atitudes e valores psicossociais e de cidadania a avaliar: Participação – esforço, persistência, iniciativa Motivação – empenho, interesse Autonomia – responsabilidade, liderança, superação ... Atenção aos outros – empatia, cooperação ...</p>	<p>Grelhas de registos relativas a recolha de informação: - Desempenho (motor e conhecimentos teóricos) / atitudes, valores e cidadania). - Bateria de testes do Fitescola (tabela de valores de referência).</p>	(10%)

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO (ensino secundário)

Departamento: Expressões e Tecnologias

Área disciplinar – Educação Física

Ano letivo 2020.2021

11º ano de escolaridade

Áreas de Competências do PASEO*	Domínios	Descritores de desempenho	Modalidades/ Instrumentos de Avaliação	Ponderação
	ÁREA DOS CONHECIMENTOS	<p>O aluno deve ficar capaz de:</p> <p>Conhecer os métodos e meios de treino mais adequados ao desenvolvimento ou manutenção das diversas capacidades motoras</p> <p>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: (i) Dopagem e riscos de vida e/ou saúde; (ii) Doenças e lesões e (iii) Condições materiais, de equipamentos e de orientação do treino.</p>	<p>Grelhas de registos relativas a recolha de informação:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Observação em contexto de aula; - Teste/questão aula/trabalho/portefólio. 	(15%)

NOTA: não se aplicam no caso de alunos com adaptações curriculares significativas

* https://dge.mec.pt/sites/default/files/Curriculo/Projeto_Autonomia_e_Flexibilidade/perfil_dos_alunos.pdf

ENSINO SECUNDÁRIO					
Classificação final	0-5	6-9	10-13	14-17	18-20
Menção qualitativa	Muito Insuficiente	Insuficiente	Suficiente	Bom	Muito Bom