

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO - 7º Ano - EDUCAÇÃO FÍSICA - 2018/2019

| ÁREAS PONDERAÇÃO | SUB-ÁREAS | ÁREAS DE COMPETÊNCIAS DO PERFIL DOS ALUNOS* | DESCRIPTORIOS DE DESEMPENHO | DESCRIPTORIOS DO PERFIL DOS ALUNOS | INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO |
|---|---|---|---|------------------------------------|--|
| ACTIVIDADES FÍSICAS DESPORTIVAS 50% O aluno demonstra competências de nível INTRODUÇÃO em 5 matérias, respeitando as condições das sub-áreas Notas 1 e 2 | SUB-ÁREA DOS JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS: (uma matéria) | Participativo/ colaborador/ Cooperante/ Responsável/ Autónomo | <ul style="list-style-type: none"> ➤ 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. | (B, C, D, E, F, G, I, J) | <ul style="list-style-type: none"> ✓ Avaliação diagnóstica, Formativa e Sumativa |
| | SUB-ÁREA GINÁSTICA (uma matéria) | Criativo/Expressivo | <ul style="list-style-type: none"> ➤ Compor, realizar e analisar da GINÁSTICA, 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. | (A, C, D, J) | <ul style="list-style-type: none"> ✓ Grelhas de Observação ✓ Observação directa e registo de resultados |
| | SUBÁREAS: ATLETISMO, ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS E OUTRAS (três matérias) | Crítico/Analítico | <ul style="list-style-type: none"> ➤ 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. | (A, B, C, D, G) | <ul style="list-style-type: none"> ✓ Realização de tarefas individuais e a pares. ✓ Realização de tarefas em situação condicionada |
| | | | <ul style="list-style-type: none"> ➤ 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. ➤ Realizar com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares dos jogos de raquetas, garantindo a iniciativa e ofensividade em participações «individuais» e «a pares», aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro. ➤ Realizar percursos de nível elementar, utilizando técnicas de orientação e respeitando as regras de organização, participação, e de preservação da qualidade do ambiente; ➤ Praticar e conhecer jogos tradicionais populares de acordo com os padrões culturais característicos. | (A, B, E, F, H) | <ul style="list-style-type: none"> ✓ Incentivar a pesquisa na Internet e de Bibliografia adequada à disciplina. |
| APTIDÃO FÍSICA 20% O aluno atinge a Zona Saudável em pelo menos 3 testes Nota 3 | Capacidades: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Motoras ➤ Condicionais ➤ Coordenativas | Cuidador de si e do outro | <ul style="list-style-type: none"> ➤ 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 Enquadrar o aluno na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola, para a sua idade e sexo. | (B, E, F, G) | <ul style="list-style-type: none"> ✓ Visionamento de vídeos promotores dos vários conteúdos da disciplina ✓ Aplicação da bateria de testes FitEscola |

| | | | | | |
|--|--|---|---|--|---|
| CONHECIMENTOS 10% (5% + 5%) | Aptidão física e Contextos de concretização | Indagador/ Investigador/ Sistematizador/ organizador Crítico/Analítico | <ul style="list-style-type: none"> ➤ Conhecer e interpretar fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas e aplicar regras de higiene e de segurança. ➤ Interpretar a dimensão sociocultural dos desportos na atualidade e ao longo dos tempos, nomeadamente os Jogos Olímpicos e Paralímpicos | (A, B, C, D, F, H, I, J) (B, E, F, G) | <ul style="list-style-type: none"> ✓ Testes / Fichas de avaliação ✓ Questões de aula ✓ Fichas de trabalho ✓ Relatórios ✓ Trabalhos de grupo / Individuais ✓ Trabalho Projecto |
| | Projecto de Flexibilidade Curricular | | <ul style="list-style-type: none"> ➤ Projecto de turma inserido na temática geral “viagem no tempo” | | |
| ATITUDES 20% | <ul style="list-style-type: none"> ➤ Participação ➤ Cumprimento de tarefas ➤ Respeito pelas regras ➤ Organização do trabalho | Participativo/ colaborador/ Cooperante/ Responsável/ Autónomo | <ul style="list-style-type: none"> ➤ Intervém de modo oportuno e regularmente ➤ Cumpre as regras ➤ Coloca questões e dúvidas pertinentes ➤ Cumpre as tarefas solicitadas | (B, C, D, E, F, G, I, J) | <ul style="list-style-type: none"> ✓ Observação direta ✓ Auto-avaliação |

*As competências referidas reportam ao Perfil do Aluno à saída da escolaridade obrigatória.

AVALIAÇÃO FINAL

Classificação Final = 0,50 x (competências demonstradas nas actividades físicas nesse período) + 0,20 x (resultados obtidos no FitEscola nesse período) + 0,10 x (média dos conhecimentos revelados em cada período e/ou trabalho desenvolvido no projecto de flexibilidade curricular em cada período) + 0,20 x (média das classificações obtidas na área atitudinal em cada período).

A classificação final é considerada até às décimas.

Nota 1

ACTIVIDADES FISICAS DESPORTIVAS - A avaliação é feita de acordo com o Programa Nacional de EF (PNEF), situando os alunos nos níveis “Introductório, Elementar ou Avançado” em cada matéria.

Nota 2

ACTIVIDADES FISICAS - Normas de referência: Ponderações dos níveis

NAI – 0 Pontos; **PI** – 3 Pontos; **I** – 6 Pontos; **PE** – 9 pontos; **E** – 12 Pontos; **PA** – 15 Pontos; **A** – 18 Pontos

| 3º Ciclo - 7º ANO | | | |
|-------------------|--|------------|-----------|
| 1º Período | Seleccionar as 4 melhores matérias do aluno em 3 categorias (Desportos Colectivos, | | |
| 2º Período | Seleccionar as 5 melhores matérias do aluno em 4 | | |
| 3º Período | categorias (1 Desp. Colect, 1 Ginást, 1 Dança, 1 Atlet e Outras) | | |
| Níveis | 1º P | 2ºP e 3º P | |
| 1 | 4PI | 1 | 5 PI |
| 2 | 3 PI +1 I | 1,6 | 4 PI +1 I |
| | 2 PI +2 I | 2 | 3 PI +2 I |
| 3 | 1 PI +3 I | 2,5 | 2 PI +3 I |
| | 4 I | 2,8 | 1PI +4 I |
| | | 3 | 5 I |
| 4 | 3 I +1 PE | 3,6 | 4 I +1 PE |
| | Nenhum NAI | 4 | |
| 5 | 2 I +2 PE | 4,5 | 3 I +2 PE |
| | | 4,8 | |
| | | 5,0 | |
| | Nenhum NAI | | |

Nota 3

APTIDÃO FISICA - Referências para o sucesso na Área da Aptidão Física: Em cada período lectivo o aluno realiza 5 testes, da bateria de testes Nacional FitEscola, cujo objectivo é atingir o nível de prestação definido como Zona Saudável da Aptidão Física (Z.N.S.A.F.). As Zonas Saudáveis estão definidas a nível nacional e consideram a data de nascimento do aluno e o seu género (Fem. ou Masc.). Os Critérios de Avaliação definidos pelo Departamento de Educação Física, estabelecem uma escala para 20 valores, convertendo-se posteriormente na escala de 5 níveis utilizada no 3º ciclo:

| | | |
|-------------------|----------------------------------|-----------------------|
| TESTES Z.N.S.A.F. | NÃO REALIZA | 0 Valores por teste |
| TESTES Z.N.S.A.F. | Quase atinge zona saudável | 1,4 Valores por teste |
| TESTES Z.S.A.F. | Atinge a Zona Saudável | 3,5 Valores por teste |
| TESTES Z.S.A.F. | Atinge a Zona de Perfil Atlético | 4 Valores por teste |