

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO 2023/2024

 DEPARTAMENTO CURRICULAR: **Expressões**

 GRUPO DISCIPLINAR: **620 - Educação Física**

DISCIPLINA: Educação Física

 ANO: **10.º**

DOMÍNIO	CRITÉRIOS	FATOR DE PONDERAÇÃO%	APRENDIZAGENS ESSENCIAIS/ DESCRITORES DE DESEMPENHO	PROCESSOS DE RECOLHA DE INFORMAÇÃO
Conhecimento	Compreensão	80%	<p>Área das Atividades Físicas*</p> <p>Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo, nos Jogos Desportivos Coletivos (Voleibol, Basquetebol e Andebol), 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>Compor, realizar e analisar da Ginástica (Solo e Acrobática), as destrezas elementares do solo e dos acrobática, 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>Realizar e analisar do Atletismo (Estafetas, Lançamento do Dardo e Triplo Salto) cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento, não só como praticante, mas também como juiz.</p> <p>Apreciar, compor e realizar, nas Atividades Rítmicas Expressivas (Dança), sequências de elementos técnicos elementares em coreografias individuais e/ou em grupo, aplicando os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições.</p>	Testes práticos; Grelhas de registo – valorização do trabalho do aluno em sala de aula Trabalhos individuais e/ou de grupo Relatórios Testes de avaliação e questões de aula Rubricas de avaliação Autoavaliação Outros que o professor considere pertinentes
	Aplicação			
	Mobilização			
Resolução de problemas	Interpretação da informação			
	Planeamento e execução			
	Espírito crítico			
Comunicação	Criatividade			
	Comunicação verbal e não verbal			

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO 2023/2024

DOMÍNIO	CRITÉRIOS	FATOR DE PONDERAÇÃO%	APRENDIZAGENS ESSENCIAIS/ DESCRITORES DE DESEMPENHO	PROCESSOS DE RECOLHA DE INFORMAÇÃO
	<p>Capacidade de argumentação/sentido crítico</p>		<p>Realizar com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares, nos Jogos de Raquetes (Badminton), garantindo a iniciativa e ofensividade em participações «individuais» e «a pares», aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro.</p> <p>Realizar percursos (Orientação) elementares, utilizando técnicas de orientação e respeitando as regras de organização, participação, e de preservação da qualidade do ambiente.</p> <p>Área da Aptidão Física</p> <p>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>Área dos Conhecimentos</p> <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.</p> <p>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</p>	

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO 2023/2024

DOMÍNIO	CRITÉRIOS	FATOR DE PONDERAÇÃO%	APRENDIZAGENS ESSENCIAIS/ DESCRITORES DE DESEMPENHO	PROCESSOS DE RECOLHA DE INFORMAÇÃO
			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.	
Desenvolvimento pessoal e interpessoal	Responsabilidade	20%	De acordo com os critérios de avaliação transversais do agrupamento.	
	Autonomia			
	Autorregulação			
	Relacionamento interpessoal			

* Na Área das Atividades Físicas, para efeitos de avaliação final do ano letivo, serão selecionadas as 7 melhores matérias onde o aluno obteve as melhores classificações, de acordo com as seguintes condições de possibilidade: 2 matérias da Subárea dos Jogos Desportivos Coletivos + 1 matéria da Subárea da Ginástica + 1 matéria da Subárea do Atletismo + 1 matéria da Subárea das Atividades Rítmicas Expressivas + 1 matéria das Subárea das Raquetes e + 1 matéria das Subárea Outras.

No que concerne à Referencia de Sucesso, na Área das Atividades Físicas, o aluno deverá desenvolver competências essenciais para o 10º ano de escolaridade de nível INTRODUÇÃO em 5 matérias e de nível ELEMENTAR em uma matéria, de diferentes subáreas e de acordo com as seguintes condições de possibilidade: 2 matérias da Subárea dos Jogos Desportivos Coletivos | 1 matéria da Subárea da Ginástica | 1 matéria da Subárea das Atividades Rítmicas Expressivas | 2 matérias das Subáreas Atletismo, Raquetes e Outras.