

| | | |
|---------------------|-------------------------------|-------------------------------------|
| DEPARTAMENTO | EXPRESSÕES | Grupo de Recrutamento 620 |
| CURSO | CIÊNCIAS E TECNOLOGIAS | |
| DISCIPLINA | EDUCAÇÃO FÍSICA | <u>10.º ANO</u> |

| Domínios | Descritores específicos da disciplina em articulação com o Perfil do Aluno | Produções a avaliar / Instrumentos de avaliação | Distribuição do peso por domínios / produções ou instrumentos a avaliar | Distribuição do peso por períodos |
|---|---|--|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> Área da Aptidão Física | <p>O aluno deve ser capaz de:</p> <ul style="list-style-type: none"> Elevar o nível geral das capacidades condicionais e coordenativas particularmente de resistência geral de longa e média durações, da força resistente, da força rápida, da flexibilidade, da velocidade de reação simples e complexa, de execução, de deslocamento e de resistência, e das destrezas geral e específica enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física, para a sua idade e sexo; | | 20% | 1.º Período - X1 2.º Período - X2 3.º Período - X3 |
| <ul style="list-style-type: none"> Área das Atividades Físicas | <ul style="list-style-type: none"> Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo de jogo, nos Jogos Desportivos Coletivos (JDC) realizando com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares em todas as funções (defesa e ataque); Compor, realizar e analisar da Ginástica as destrezas elementares em esquemas individuais e/ou grupo, aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação; Apreciar, compor e realizar nas Atividades Rítmicas e Expressivas sequências de elementos técnicos elementares em coreografias individuais e/ou grupo; Realizar e analisar, no Atletismo, saltos, corridas e lançamentos, cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento; Patinar adequadamente em combinações de deslocamento e paragens, com equilíbrio e segurança; | <ul style="list-style-type: none"> Testes de aptidão física Exercícios critério Situação de jogo/sequências Relatórios de aula Trabalhos de pesquisa Questionamento Observação Direta com anotação em Grelhas de registo (Fichas de observação) | 60% | 1.ºP = (X1) = N1 2.ºP = (X1+X2)/2= N2 3.ºP = (X1+X2+X3)/3 = N3 Sendo X1, X2 e X3 a avaliação do período letivo em causa Sendo N1, N2 e N3 a classificação do período em causa. |
| <ul style="list-style-type: none"> Área dos Conhecimentos | <ul style="list-style-type: none"> Conhecer os processos de elevação e manutenção da aptidão física e a interpretação e participação nas estruturas e fenómenos sociais no seio dos quais se realizam as atividades físicas; Compreender e aplicar, como praticante e/ou árbitro os regulamentos específicos de cada modalidade; Compreender e cumprir com as regras da sala de aula (assiduidade, pontualidade, material, ...). | <p><i>Nota: Instrumentos de avaliação possíveis de utilizar de acordo com a situação de aula / aluno</i></p> | 20% | |

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO DO DEPARTAMENTO DE EXPRESSÕES

EDUCAÇÃO FÍSICA

SECUNDÁRIO (10.º, 11.º e 12.º anos)

| Domínio | Componentes | Especificidades da disciplina | Produções a avaliar Instrumentos de registo | Distribuição do peso por produções a avaliar / especificidades | Distribuição do peso por períodos | | |
|--------------------|--|--|---|--|---|------------------------------------|---|
| | | | | | 1.º | 2.º | 3.º |
| Saber e saber-agir | Prática e /ou Experimental, oral e escrita | <p>O aluno deve:</p> <p>1 - adquirir, compreender e executar os diferentes elementos técnicos e táticos nas diversas matérias de ensino, e elevar o nível funcional das capacidades coordenativas e condicionais; conhecer o objetivo do jogo, conhecer e aplicar as principais regras e respetivas penalizações, adequando as ações a esses conhecimentos;</p> <p>2 - demonstrar disponibilidade no desenvolvimento das tarefas propostas</p> | <p>- Avaliação diagnóstica / formativa / sumativa</p> <p>- Provas de aptidão física</p> <p>- Relatórios de aula</p> <p>- Trabalhos de pesquisa</p> <p>Grelha de registo</p> <p>- Observação Direta:</p> <p>Exercício critério</p> <p>Situação de jogo</p> <p>Questionamento</p> <p>Fichas de observação</p> | <p>1 - 70%</p> <p>2 - 20%</p> | <p>1.º Período – X1</p> <p>2.º Período – X2</p> <p>3.º Período – X3</p> <p>1.ºP = (X1) = N1</p> <p>2.ºP = (X1+X2)/2= N2</p> <p>3.ºP = (X1+X2+X3)/3 = N3</p> <p>Sendo X1, X2 e X3 a avaliação do período letivo em causa</p> <p>Sendo N1, N2 e N3 a classificação do período em causa.</p> | | |
| | | | | | <p>3 - Cumprimento de regras estabelecidas</p> <p>4 - Atitudes</p> | <p>Fichas de observação</p> | <p>3 - 5%</p> <p>4 - 5%</p> |
| Total | | | | 100% | | | |

SECUNDÁRIO (10.º, 11.º e 12.º anos)

Para alunos com Atestado Médico e abrangidos pelo Decreto-Lei nº 3/2008, de 7 de Janeiro

| Domínio | Componentes | Especificidades da disciplina | Produções a avaliar Instrumentos de registo | Distribuição do peso por produções a avaliar / especificidades | Distribuição do peso por períodos | | |
|--------------------|--|---|---|--|---|------------------------------------|---|
| | | | | | 1.º | 2.º | 3.º |
| Saber e saber-agir | Prática e /ou Experimental, oral e escrita | <p>O aluno deve:</p> <p>1 - adquirir, compreender e aplicar os conhecimentos, de acordo com os conteúdos programáticos definidos nos Programas Nacionais de Educação Física;</p> <p>2 - demonstrar disponibilidade no desenvolvimento das tarefas propostas</p> | <p>- Relatórios de aula</p> <p>- Trabalhos de pesquisa</p> <p>- Fichas de trabalho</p> <p>* Grelha de registo</p> <p>- Observação Direta:</p> <p>* Desempenho em tarefas complementares de apoio ao professor</p> <p>* Questionamento</p> <p>* Fichas de observação</p> | <p>1 - 70%</p> <p>2 - 20%</p> | <p>1.º Período – X1</p> <p>2.º Período – X2</p> <p>3.º Período – X3</p> <p>1.ºP = (X1) = N1</p> <p>2.ºP = (X1+X2)/2= N2</p> <p>3.ºP = (X1+X2+X3)/3 = N3</p> <p>Sendo X1, X2 e X3 a avaliação do período letivo em causa</p> <p>Sendo N1, N2 e N3 a classificação do período em causa.</p> | | |
| | | | | | <p>3 - Cumprimento de regras estabelecidas</p> <p>4 - Atitudes</p> | <p>Fichas de observação</p> | <p>3 - 5%</p> <p>4 - 5%</p> |
| Total | | | | 100% | | | |