

Critérios de avaliação de Educação Física – 11.º ano de escolaridade
Ano letivo 2022/2023



Co-financiado por:



104 04103

Critérios	Domínios	Pond.	Perfil de Aprendizagens Essenciais	Áreas de competências (PASEO)	Processos de recolha de informação
<p>Conhecimento</p> <p>Resolução de problemas</p> <p>Qualid.de da Comunicação</p>	<p>ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS</p>	<p>70 %</p>	<p>SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (duas matérias) Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo, nos JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (Futsal, Voleibol e Tag Rugby), 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>SUBÁREA GINÁSTICA (uma matéria) Compor, realizar e analisar da GINÁSTICA (Acrobática e 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>SUBÁREA ATLETISMO e OUTRAS (uma matéria) 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>OUTRAS Realizar PERCURSOS (Orientação) elementares, utilizando técnicas de orientação e respeitando as regras de organização, participação, e de preservação da qualidade do ambiente.</p> <p>SUBÁREA ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS (uma matéria) Apreciar, compor e realizar, nas Atividades Rítmicas 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.</p>	<p>C, E, G, H e J</p>	<p>Grelhas de registo de observação direta/avaliação (exercícios critério e/ou situação de jogo)</p> <p>Fichas de auto e heteroavaliação.</p>
	<p>ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA</p>	<p>20 %</p>	<p>- Elevar o nível funcional das CAPACIDADES CONDICIONAIS e COORDENATIVAS GERAIS (resistência geral de longa e de média duração; da força resistente; da força rápida; da velocidade de reação simples e complexa, de execução, de deslocamento e de resistência; das destrezas geral e específica e da flexibilidade.</p> <p>- Identificar as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação (geral), de acordo com as características do esforço realizado. Interpretar as principais adaptações do funcionamento do seu organismo durante a atividade física.</p>	<p>F, G e J</p>	<p>Fit–Escola (Aplicação da bateria de testes de aptidão física)</p>

	ÁREA DOS CONHECIMENTOS	10 %	<p>- Conhecer os objetivos, regras, gestos técnicos e materiais utilizados em cada modalidade das Subáreas lecionadas.</p> <p>-Aplicar as regras inerentes às diferentes modalidades - Identificar as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação (geral), de acordo com as características do esforço realizado.</p>	A, B e I	<p>Teste de Avaliação Cognitiva e/ ou questionamento oral</p> <p>Fichas de trabalho individuais e/ou de grupo.</p>
--	-----------------------------------	-------------	---	----------	--

Legenda:

A - Linguagens e textos; B - Informação e comunicação; C - Raciocínio e resolução de problemas; 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

Observações:

1. Os descritores de cada critério de avaliação constam no Referencial de Avaliação do Agrupamento.

Aprovado em sede de conselho pedagógico de 28 de setembro de 2022.