



EB de Paderne, EB de Ferreiras, JI de Ferreiras, JI de Vale de Serves, EB Prof.ª Diamantina Negrão, EB de Brejos, EB de Fontainhas, EB de Olhos de Água, EB de Vale Carro, JI de Vale Carro

### CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO DISCIPLINA – Educação Física 7º ANO

**Áreas de competências do Perfil dos Alunos (A.C.P.A.S.E.O.)-** **A:** Linguagens e textos; **B:** Informação e comunicação; **C:** Raciocínio e resolução de problemas; **D:** Pensamento crítico e pensamento criativo; **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.

Domínios	Valoração por Domínio	Aprendizagens Essenciais: Conhecimento, Capacidades, Atitudes	Descritores do perfil dos alunos	Instrumentos de avaliação
<b>ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS</b>	APTO/ NÃO APTO	<p>O aluno desenvolve as competências essenciais para o 7.º ano de escolaridade de nível INTRODUÇÃO em <b>3</b> matérias, de diferentes subáreas e de acordo com as seguintes condições de possibilidade.</p> <p><b>SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (1 matéria)</b> 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.</p> <p><b>SUBÁREA GINÁSTICA (1 matéria)</b> Compor, realizar e analisar da GINÁSTICA (Solo, Aparelhos, Acrobática, Rítmica), 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>A, B, G, I, J</p> <p>A, C, D, J</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Grelha de registo</li><li>✓ Observação direta</li><li>✓ Relatórios de aula</li><li>✓ Autoavaliação</li></ul>

	<p><b>SUBÁREAS ATLETISMO, PATINAGEM, ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS e OUTRAS (1 matéria)</b></p> <p>Realizar e analisar do <b>ATLETISMO</b>, saltos, corridas, lançamentos e marcha, cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento, não só como praticante, mas também como juiz.</p> <p><b>Patinar</b> adequadamente em combinações de deslocamentos e paragens, com equilíbrio e segurança, realizando as ações técnico-táticas elementares em jogo e as ações de composições rítmicas «individuais» e «a pares».</p> <p>Apreciar, compor e realizar, nas <b>ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais)</b>, 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><b>OUTRAS</b></p> <p>Realizar com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares, nos <b>JOGOS DE RAQUETES (Badminton, Ténis e Ténis de Mesa)</b>, 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 com oportunidade e correção as ações do domínio de oposição em <b>ATIVIDADE DE COMBATE (Luta)</b>, utilizando as técnicas elementares de projeção e controlo, com segurança (própria e do opositor) e aplicando as regras, quer como executante quer como árbitro.</p> <p>Realizar <b>PERCURSOS (Orientação)</b> elementares, utilizando técnicas de orientação e respeitando as regras de organização, participação, e de preservação da qualidade do ambiente.</p> <p>Deslocar-se com segurança no <b>MEIO AQUÁTICO (Natação)</b>, coordenando a respiração com as ações propulsivas específicas das técnicas selecionadas.</p>	<p>A, B, C, D, G</p> <p>A, B, C, D, F, H, I, J</p> <p>A, B, E, F, H</p> <p>A, B, D, E, F, G, H, I, J</p>	
--	--	--	--

		<p><b>Nota</b> - Para o nível INTRODUÇÃO, em <b>3</b> matérias de diferentes subáreas, devem observar-se as seguintes condições:</p> <p>1 - O ATLETISMO constitui-se, simultaneamente, como uma subárea e como uma matéria.</p> <p>2 – Nas subáreas JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS, GINÁSTICA, PATINAGEM e ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS, cada uma das opções apresentadas entre parênteses é considerada como uma matéria.</p> <p>3 - Nas OUTRAS, poderá ser considerada uma matéria dos JOGOS DE RAQUETES, a Natação, uma matéria da subárea de ATIVIDADES DE EXPLORAÇÃO DA NATUREZA ou uma matéria da subárea dos DESPORTOS DE COMBATE.</p>	B, C, D, E, F, G, I, J	
<b>ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA</b>	APTO/ NÃO APTO	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.	A, B, C, D, F, G, H, I, J	✓ FITescola®
<b>ÁREA DOS CONHECIMENTOS</b>	APTO/ NÃO APTO	Relacionar aptidão física e saúde e identificar os benefícios do exercício físico para a saúde. Interpretar a dimensão sociocultural dos desportos na atualidade e ao longo dos tempos, nomeadamente os jogos olímpicos e paralímpicos.	B, E, F, G	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Ficha de avaliação</li> <li>✓ Questão aula</li> <li>✓ Questionamento Oral</li> <li>✓ Trabalho escrito</li> </ul>