



CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO

DISCIPLINA EDUCAÇÃO FÍSICA– 9º 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
ATIVIDADES FÍSICAS	Apto/Não Apto	<p>O aluno desenvolve as competências essenciais para o 9.º ano de escolaridade de nível INTRODUÇÃO em 5 matérias e de nível ELEMENTAR numa matéria, de diferentes subáreas e de acordo com as seguintes condições de possibilidade.</p> <p>SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (duas matérias)</p> <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. <p>SUBÁREA GINÁSTICA (uma matéria)</p> <ul style="list-style-type: none">Compor, realizar e analisar da GINÁSTICA (Solo, Aparelhos, 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>SUBÁREA ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS (uma matéria)</p> <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	A, B, C, D, E, F, G, H, I, J	<ul style="list-style-type: none">✓ Grelha de registo✓ Observação direta✓ Relatórios de aula✓ Autoavaliação

	<p>coreografias individuais e ou em grupo, aplicando os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições.</p> <p>SUBÁREAS ATLETISMO, PATINAGEM, RAQUETAS e OUTRAS (duas matérias)</p> <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. • Patinar 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». • Realizar com oportunidade e correção as ações técnicotáticas elementares, nos JOGOS DE RAQUETES (Badminton, Ténis e Ténis de Mesa), garantindo a iniciativa e ofensividade em participações «individuais» e «a pares», aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro. <p>OUTRAS</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Realizar com oportunidade e correção as ações do domínio de oposição em ATIVIDADE DE COMBATE (Luta), utilizando as técnicas elementares de projeção e controlo, com segurança (própria e do opositor) e aplicando as regras, quer como executante quer como árbitro. ✓ Realizar PERCURSOS (Orientação) elementares, utilizando técnicas de orientação e respeitando as regras de organização, participação, e de preservação da qualidade do ambiente. ✓ Deslocar-se com segurança no MEIO AQUÁTICO (Natação), coordenando a respiração com as ações propulsivas específicas das técnicas selecionadas. ✓ Praticar e conhecer JOGOS TRADICIONAIS POPULARES de acordo com os padrões culturais característicos. <p>Nota</p>		
--	--	--	--

		<p>Para o nível INTRODUÇÃO, em cinco matérias, e de nível ELEMENTAR, numa matéria 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, RAQUETES e ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS, cada uma das opções apresentadas entre parênteses é considerada como uma matéria.</p> <p>3 - Na subárea OUTRAS, poderá ser considerada a Natação, uma matéria da subárea de ATIVIDADES DE EXPLORAÇÃO DA NATUREZA, uma matéria da subárea dos DESPORTOS DE COMBATE ou uma matéria da subárea dos JOGOS TRADICIONAIS E POPULARES.</p>		
APTIDÃO FÍSICA	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, E, F, G, H, I, J	✓ FITescola®
CONHECIMENTOS	Apto/Não Apto	<ul style="list-style-type: none"> • Relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras, a composição corporal, a alimentação, o repouso, a higiene, afetividade e a qualidade do meio ambiente. • 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 sociedades. 	A, B, C, D, E, F, G, H, I, J	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Questionamento Oral ✓ Questão aula ✓ Ficha de avaliação ✓ Trabalhos escritos