

**CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO DE EDUCAÇÃO FÍSICA (Ensino Secundário)**

DOMÍNIOS		PONDERAÇÃO	COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS	INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO	ÁREAS DE COMPETÊNCIAS DO PERFIL DOS ALUNOS (Legenda)
Competências	ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS	70%	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Participar ativamente em todas as situações e procurar o êxito pessoal e o do grupo: (A, B, C, D, E, F, G, H, I, J)                             <ul style="list-style-type: none"> <li>• a) Relacionar-se com cordialidade e respeito pelos seus companheiros, quer no papel de parceiros quer no de adversários; (A, B, C, D, E, F, G, H, I, J)</li> <li>• b) Aceitar o apoio dos companheiros nos esforços de aperfeiçoamento próprio, bem como as opções do(s) outro(s) e as dificuldades reveladas por ele(s); (A, B, C, D, E, F, G, H, I, J)</li> <li>• c) Interessar-se e apoiar os esforços dos companheiros com oportunidade, promovendo a ajuda para favorecer o aperfeiçoamento e satisfação própria e do(s) outro(s); (A, B, C, D, E, F, G, H, I, J)</li> <li>• d) Cooperar nas situações de aprendizagem e de organização, escolhendo as ações favoráveis ao êxito, segurança e bom ambiente relacional, na atividade da turma; (A, B, C, D, E, F, G, H, I, J)</li> <li>• e) Apresentar iniciativas e propostas pessoais de desenvolvimento da atividade individual e do grupo, considerando também as que são apresentadas pelos companheiros com interesse e objetividade; (A, B, C, D, E, F, G, H, I, J)</li> <li>• f) Assumir compromissos e responsabilidades de organização e preparação das atividades individuais e ou de grupo, cumprindo com empenho e brio as tarefas inerentes; (A, B, C, D, E, F, G, H, I, J)</li> <li>• g) Analisar e interpretar a realização das atividades físicas selecionadas, aplicando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva, etc. (A, B, C, D, E, F, G, H, I, J)</li> </ul> </li> <li>2. Compreender as atividades físicas e as condições da sua prática e aperfeiçoamento como elementos de elevação cultural dos praticantes e da comunidade em geral, interpretando crítica e corretamente os acontecimentos na esfera da cultura física. (B, C, E, F, G, J)</li> <li>3. Identificar e interpretar os fenómenos da industrialização, urbanismo e poluição como fatores limitativos da aptidão física das populações e das possibilidades de prática das modalidades da cultura física. (A, B, C, D, E, F, I)</li> <li>4. Elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas gerais,</li> </ol>	Fichas de avaliação  Questão aula  Participação oral  Fichas de trabalho individuais e/ou de grupo  Relatórios de aula  Grelhas de observação direta focalizadas em (exercícios critério) e (no interesse; na capacidade de intervenção e argumentação na participação; na autonomia e no empenho);  Fichas de auto e heteroavaliação.	A - Linguagens e textos  B - Informação e comunicação  C - Raciocínio e resolução de problemas  D - Pensamento crítico e criativo  E - Relacionamento interpessoal  F - Desenvolvimento pessoal e autonomia  G - Bem-estar, saúde e ambiente  H - Sensibilidade estética e artística
	ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA				

			<p>particularmente, de 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. (B, E, F, G, I, J)</p> <p>5. Conhecer e aplicar diversos processos de elevação e manutenção da condição física de uma forma autónoma noseu quotidiano. (B, C, D, E, F, G, I, J)</p> <p>6. Conhecer e interpretar fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas e aplicar regras de higiene e de segurança. (B, F, G, I, J)</p>		
	ÁREA DOS CONHECIMENTOS	20%	<p>1. Relacionar a aptidão física e saúde e identificarmos os benefícios os benefícios físicos para a saúde.</p> <p>2. Analisar, interpretar e aplicar os conhecimentos sobre técnica e tática nas diferentes atividades físicas.</p>	Teste Escrito	
	VALORES	10%	<p>1. Respeitar-se a si mesmo e aos outros; saber agir eticamente, consciente da obrigação de responder pelas próprias ações; ponderar as ações próprias e alheias em função do bem comum.</p> <p>2. Demonstrar respeito pela diversidade humana e cultural e agir de acordo com os princípios dos direitos humanos; negociar a solução de conflitos em prol da solidariedade e da sustentabilidade ecológica; ser interventivo, tomando a iniciativa e sendo empreendedor.</p> <p>3. Demonstrar Manifestar a autonomia pessoal centrada na democracia, na equidade, no respeito mútuo, na livre escolha e no bem comum.</p> <p>4. Aspirar ao trabalho bem feito, ao rigor e à superação; ser perseverante perante as dificuldades; ter consciência de si e dos outros; ter sensibilidade e ser solidário para com os outros.</p>	Grelha de Observação direta focalizadas na (responsabilidade, cidadania, liberdade e exigência e excelência)	

**Notas:**

1- A ausência injustificada do aluno a qualquer momento de avaliação programada, implica a atribuição de zero pontos nessa avaliação.

2- Qualquer fraude ou tentativa de fraude (devidamente comprovada) num instrumento de avaliação será punida com a sua anulação total ou parcial, sem prejuízo de eventual responsabilidade disciplinar do aluno.

3- No segundo e terceiro períodos, a classificação a atribuir resulta da média aritmética das classificações obtidas em cada um dos instrumentos de avaliação realizados desde o início do ano letivo, devendo, contudo, ser sempre considerada a evolução das aprendizagens.