

Ano letivo 2019/2020

Disciplina: Educação Física

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO – 6º Ano

| Áreas de competências do Perfil do Aluno a desenvolver | Domínios das aprendizagens essenciais da disciplina | Descritores de desempenho dos alunos em consonância com as aprendizagens e o perfil à saída da escolaridade obrigatória | Instrumentos de avaliação e peso relativo das áreas |
|---|--|---|---|
| <p>Linguagens e textos</p> <p>Informação e comunicação</p> <p>Raciocínio e resolução de problemas</p> <p>Pensamento crítico e pensamento criativo</p> <p>Relacionamento interpessoal</p> <p>Desenvolvimento pessoal e autonomia</p> <p>Bem-estar, saúde e ambiente</p> <p>Sensibilidade estética e artística</p> <p>Saber científico, técnico e tecnológico</p> | <p>O aluno desenvolve as competências essenciais para o 6º ano de escolaridade de nível INTRODUÇÃO em 4 matérias, de diferentes subáreas e de acordo com as seguintes condições de possibilidade.</p> <p>SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo, nos JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (Basquetebol, Futebol, Voleibol e Andebol), 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 Compor, realizar e analisar as destrezas elementares de solo, aparelhos e minitrampolim, em esquemas individuais e/ou de grupo, aplicando os critérios de correção técnica e expressão e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios.</p> <p>SUBÁREA ATLETISMO Realizar saltos, corrida e lançamentos, cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento, não só como praticante, mas também como juiz.</p> <p>SUBÁREA ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS Apreciar, compor e realizar, nas ATIVIDADES RÍTMICAS E 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>OUTRAS Realizar com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares, nos JOGOS DE RAQUETES (Badminton).</p> | <p>1. Participar ativamente em todas as situações e procurar o êxito pessoal e o do grupo:</p> <p>a) Relacionar-se com cordialidade e respeito pelos seus companheiros, quer no papel de parceiros quer no de adversários;</p> <p>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);</p> <p>c) Cooperar nas situações de aprendizagem e de organização, escolhendo as ações favoráveis ao êxito, segurança e bom ambiente relacional, na atividade da turma;</p> <p>d) Assumir compromissos e responsabilidades de organização e preparação das atividades individuais e ou de grupo;</p> <p>e) Analisar e interpretar a realização das atividades físicas selecionadas, aplicando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva.</p> <p>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.</p> <p>3. Elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas gerais, particularmente, de resistência geral de longa e de média duração; da força; da velocidade; da destreza geral e específica.</p> | <p>Observação direta em situação de jogo e exercício crítico</p> <p>ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS</p> <p>35%</p> <p>COMPETÊNCIAS SOCIAIS (SABER ESTAR)</p> <p>35%</p> |

| | | | |
|---------------------------------|--|---|--|
| Consciência do domínio do corpo | 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. | <p>4. Conhecer e aplicar diversos processos de elevação e manutenção da condição física de uma forma autónoma no seu quotidiano.</p> <p>5. Conhecer e interpretar fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas, da preservação dos recursos materiais e aplicar regras de higiene e de segurança.</p> | |
| | 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. | | <p>Testes de Aptidão Física</p> <p>ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA</p> <p>20%</p> |
| | Relacionar aptidão física e saúde e identificar os benefícios do exercício físico para a saúde. Conhecer as regras e os diferentes aparelhos que constituem a prática da disciplina. | | <p>Questões orais ou trabalhos individuais e/ou de grupo.</p> <p>ÁREA DOS CONHECIMENTOS</p> <p>10%</p> |

Alunos com atestado médico: De acordo com a legislação em vigor e com o ofício-circular DES/NES nº 98/99 aos alunos com atestado médico serão adaptados os critérios de avaliação existentes e deles serão informados/as os/as alunos/as e diretores/as de turma. Área dos conhecimentos 70%; Área das Competências sociais (saber estar) 30%.

Avaliação

| | | |
|-------|-----------------------|--|
| Nível | 6ºano | |
| 2 | 3 níveis introdutório | |
| 3 | 4 níveis introdutório | |
| 4 | 5 níveis introdutório | |
| 5 | 6 níveis introdutório | |