

### CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO EDUCAÇÃO FÍSICA

Competências	Ponderação	Descritores	NÍVEIS
<b>Técnicas e Táticas</b> (A, B, C, D, E, F, G,H, I, J) <sup>1</sup>	<b>80%</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>O aluno conhece, aplica e adequa com êxito, quer ao nível técnico e /ou tático, os conteúdos das matérias abordadas.</li> <li>O aluno coopera com os seus companheiros, quer em exercício, quer em jogo, escolhendo as acções favoráveis ao êxito (pessoal e do grupo), admitindo as indicações que lhe dirigem, aceitando as opções e falhas dos seus colegas e dando sugestões que permitem a sua melhoria.</li> <li>O aluno aceita as decisões da arbitragem e trata com igual cordialidade e respeito os companheiros e os adversários.</li> <li>O aluno revela espírito de liderança, orientando as acções dos seus companheiros com vista ao êxito da equipa/grupo.</li> </ul>	IV
		<ul style="list-style-type: none"> <li>O aluno conhece, aplica e adequa frequentemente, com êxito, quer ao nível técnico e /ou tático, os conteúdos das matérias abordadas.</li> <li>O aluno coopera frequentemente com os seus companheiros, quer em exercício, quer em jogo, escolhendo as acções favoráveis ao êxito (pessoal e do grupo), admitindo as indicações que lhe dirigem, aceitando as opções e falhas dos seus colegas e dando sugestões que permitem a sua melhoria.</li> <li>O aluno aceita quase sempre as decisões da arbitragem e trata com igual cordialidade e respeito os companheiros e os adversários.</li> <li>O aluno revela frequentemente espírito de liderança, orientando as acções dos seus companheiros com vista ao êxito da equipa/grupo.</li> </ul>	III
		<ul style="list-style-type: none"> <li>O aluno conhece, aplica e adequa algumas vezes, com êxito, quer ao nível técnico e /ou tático, os conteúdos das matérias abordadas.</li> <li>O aluno coopera algumas vezes com os seus companheiros, quer em exercício, quer em jogo, escolhendo as acções favoráveis ao êxito (pessoal e do grupo), admitindo, com relutância, as indicações que lhe dirigem e aceitando, por vezes, as opções e falhas dos seus colegas.</li> <li>O aluno aceita com dificuldade as decisões da arbitragem e revela pouca cordialidade e respeito para com os companheiros e os adversários.</li> <li>O aluno revela pouco espírito de liderança, não conseguindo orientar as acções dos seus companheiros.</li> </ul>	II
		<ul style="list-style-type: none"> <li>O aluno quase nunca aceita as decisões da arbitragem e revela pouca cordialidade e respeito para com os companheiros e os adversários.</li> <li>O aluno não revela espírito de liderança, não conseguindo orientar as acções dos seus companheiros.</li> </ul>	I

<b>Aptidão Física</b> <b>(F,G,I,J)<sup>1</sup></b>	<b>10%</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• O aluno evidencia aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FIT escola, em todos os testes aplicados, para a sua idade e sexo.</li> <li>• O aluno conhece e interpreta os princípios fundamentais do treino das capacidades físicas, aplicando-os na sua actividade física, tendo em vista a sua Aptidão Física.</li> <li>• O aluno conhece os métodos e meios de treino e aplica os mais adequados ao desenvolvimento ou manutenção das suas capacidades físicas, de acordo com a sua aptidão actual e o estilo de vida.</li> <li>• O aluno conhece os processos de controlo da sua actividade física, evitando riscos para a saúde.</li> </ul>	<b>IV</b>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• O aluno evidencia aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FIT escola, em todos os testes aplicados, excepto um, para a sua idade e sexo.</li> <li>• O aluno conhece e interpreta razoavelmente os princípios fundamentais do treino das capacidades físicas, aplicando-os na sua actividade física, tendo em vista a sua Aptidão Física.</li> <li>• O aluno conhece razoavelmente os métodos e meios de treino e aplica os mais adequados ao desenvolvimento ou manutenção das suas capacidades físicas, de acordo com a sua aptidão factual e o estilo de vida.</li> <li>• O aluno conhece razoavelmente os processos de controlo da sua actividade física, evitando riscos para a saúde.</li> </ul>	<b>III</b>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• O aluno evidencia aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FIT escola, em 50% dos testes aplicados, para a sua idade e sexo.</li> <li>• O aluno revela pouco conhecimento dos princípios fundamentais do treino das capacidades físicas, não conseguindo aplicá-los na sua actividade física, tendo em vista a sua Aptidão Física.</li> <li>• O aluno revela pouco conhecimento dos métodos e meios de treino, não conseguindo eleger os mais adequados ao desenvolvimento ou manutenção das suas capacidades físicas, de acordo com a sua aptidão actual e o estilo de vida.</li> <li>• O aluno revela pouco conhecimento dos processos de controlo da sua actividade física, criando, por vezes, riscos para a saúde.</li> </ul>	<b>II</b>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• O aluno evidencia aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FIT escola, em menos de 50% dos testes aplicados, para a sua idade e sexo.</li> <li>• O aluno não revela conhecimento dos princípios fundamentais do treino das capacidades físicas.</li> <li>• O aluno não revela conhecimento dos métodos e meios de treino.</li> <li>• O aluno não revela conhecimento dos processos de controlo da sua actividade física, criando, frequentemente, riscos para a saúde.</li> </ul>	<b>I</b>

<b>Saber Científico (A,B,C,D,F,G,I)<sup>1</sup></b>	<b>10%</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Quando questionado, quer em aula, quer em situação de teste escrito/ficha de avaliação/trabalho escrito, revela sempre conhecimentos relevantes acerca das matérias abordadas, relacionando-os com as situações vivenciadas em aula</li> </ul>	IV
		<ul style="list-style-type: none"> <li>Quando questionado, quer em aula, quer em situação de teste escrito/ficha de avaliação/trabalho escrito, revela bons conhecimentos acerca das matérias abordadas, relacionando-os, por vezes, com as situações vivenciadas em aula</li> </ul>	III
		<ul style="list-style-type: none"> <li>Quando questionado, quer em aula, quer em situação de teste escrito/ficha de avaliação/trabalho escrito, revela conhecimentos razoáveis acerca de algumas matérias abordadas, embora demonstre dificuldades em os relacionar com as situações vivenciadas em aula</li> </ul>	II
		<ul style="list-style-type: none"> <li>Quando questionado, quer em aula, quer em situação de teste escrito/ficha de avaliação/trabalho escrito, revela poucos conhecimentos acerca das matérias abordadas, não os conseguindo relacionar com as situações vivenciadas em aula</li> </ul>	I

<b>1-ÁREAS DE COMPETÊNCIA DO PERFIL DOS ALUNOS</b>	
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.

