

Critérios de avaliação 10º Ano

| ÁREAS | SUBÁREAS | APRENDIZAGENS ESSENCIAIS | ÁREAS DE COMPETÊNCIA DO PERFIL DOS ALUNOS | PERFIL DE DESEMPENHO POR VALORES | |
|--------------------|---|---|---|----------------------------------|---|
| ATIVIDADES FÍSICAS | JOGOS | <p>O aluno desenvolve as competências essenciais para o 10.º ano de escolaridade de nível INTRODUÇÃO em cinco matérias e nível ELEMENTAR em uma matéria</p> <p>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, será considerada uma matéria da subárea raquetes e/ou uma matéria da subárea de atividades de exploração da natureza (opção de escola)</p> | A, B, C, D, E, F, G, I, H e J | 18-20 | 6 E 5 SUBÁREAS (2 JDC + GIN +1 DAN +2 OUT) 2 I + 2 PE + 3 E 5 SUBÁREAS (2 JDC + GIN +1 DAN +2 OUT) |
| | JOGOS DESP. COLETIVOS | | | 14- | 2I + 3 PE + 2 E 5 SUBÁREAS (2 JDC + GIN +1 DAN +2 OUT) 3 I + 3 E 5 SUBÁREAS (2 JDC + GIN +1 DAN +2 OUT) |
| | GINÁSTICA (SOLO, APARELHOS, ACROBÁTICA) | | | 10 - 13 | 3 I + 1 PE + 2 E a) 5 SUBÁREAS (2 JDC + GIN +1 DAN +2 OUT) 5 I + 1 E a) 5 SUBÁREAS (2 JDC + GIN +1 DAN +2 OUT) |
| | ATLETISMO | | | 5 - 9 | 5 I + 1 PE 6 I 3 PI + 3 I 3 PI + 1 I |
| | PATINAGEM | | | 1 - 4 | ≤ 2 PI + 1 I |
| | ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS (DANÇAS SOCIAIS, AÉROBICA/STEP) | | | | |
| | OUTRAS: RAQUETES | | | | |
| ORIENTAÇÃO | | | | | |
| APTIDÃO FÍSICA | APTIDÃO AERÓBIA APTIDÃO MUSCULAR | 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. Objetivando o desenvolvimento das capacidades motoras, tem como referência para a sua avaliação a Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF) considerada na bateria de testes do FITESCOLA, tendo por valência referenciais de saúde e não o de elevado rendimento. | A, B, C, D, F, H, I, J | 10-20 | Atinge a ZSAF em 1 Teste de Aptidão Aeróbia 1 Teste de Força 1 Teste de Flexibilidade |
| | | | | 1-9 | Não Atinge a ZSAF em 2 testes de duas das três capacidades motoras avaliadas |
| CONHECIMENTOS | PROCESSOS DE DESENVOLVIMENTO E MANUTENÇÃO DA CONDIÇÃO FÍSICA | Relacionar a Aptidão Física e Saúde, identificando os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras, a composição corporal, a alimentação, o repouso, a higiene, a 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, F, H, I, J | 10-20 | O aluno revela conhecimentos nos temas definidos |
| | | | | 1-9 | O aluno não revela conhecimentos nos temas definidos. |

O currículo, a avaliação e a classificação dos alunos na disciplina de Educação Física considera como referência fundamental para o sucesso na disciplina três grandes domínios de avaliação específicos que representam as grandes áreas de extensão da Educação Física (Atividades Físicas, Aptidão Física e Conhecimentos). Garantindo o ecletismo, para a obtenção de sucesso em Educação Física o aluno deverá cumprir cumulativamente os requisitos mínimos de sucesso definidos para cada uma das três áreas. No domínio Atividades Físicas um aluno cumpre um nível (I, E ou A) no domínio Atividades Físicas quando o seu desempenho, conhecimentos e atitudes representam a totalidade do nível considerado; Considera-se ainda que o aluno se possa situar num nível intermédio em cada matéria - parte do nível (PI, PE e PA); Admite-se uma combinação de I/E/A diferente mas equivalente ou intermédia da enunciada.

a) Admite-se que o aluno não atinja o nível introdução em todas as matérias em que é avaliado.

Instrumentos de avaliação: Observação direta, testes, questionamento, portfolio.