



DEPARTAMENTO DE EXPRESSÕES

GRUPO: 620

DISCIPLINA: EDUCAÇÃO FÍSICA

Dimensão/Domínios	Fator de ponderação	Domínios/Temas	Descritores de desempenho	escretores do Perfil do aluno	Técnicas/Instrumentos de avaliação
Conhecimentos e Capacidades (80%)	50%	ATIVIDADE FÍSICA	Elabora sequências de habilidades; Elabora coreografias; Resolve problemas em situações de jogo; Identifica aspetos críticos que permitam a melhoria do seu desempenho; Identifica os pontos fracos e fortes das suas aprendizagens; Utiliza os dados da sua autoavaliação para se envolver na aprendizagem; Interpreta e explica as suas opções; Descreve os processos de pensamento e ação, usados durante a realização de uma tarefa ou abordagem de um problema. Apresenta iniciativas e propostas; É autónomo na realização das tarefas; Explora o espaço, ritmos, música, relações interpessoais, etc. Cria uma ou mais soluções face a um desafio; Cumpre os critérios de êxito dos exercícios e tarefas propostas e de acordo com o NÍVEL INTRODUTÓRIO, ou ELEMENTAR.	Criativo /Expressivo (A, C, D, J) Crítico/Analítico (A, B, C, D, G) Questionador e Comunicador (A, B, D, E, F, G, H, I, J)	<ul style="list-style-type: none"> - Observação direta nas aulas - Provas práticas por Unidade Didática - Testes "FITescola" - Prestações e trabalhos desenvolvidos pelo aluno na aula e fora dela - Testes - Trabalhos escritos - Tarefas atribuídas - Grelhas de observação da participação nas aulas
	20%	CONHECIMENTOS	<ul style="list-style-type: none"> - Mobilizar e integrar o conhecimento; - Formular pensamento crítico e criativo; - Revelar os conhecimentos definidos nas Aprendizagens Essenciais do Programa de EF do ensino secundário 		



	10%	APTIDÃO FÍSICA	- Evidenciar Aptidão Muscular e Aptidão Aeróbica encontrando-se na Zona Saudável de Aptidão Física (referência da FITescola)		
--	-----	---------------------------	--	--	--



Dimensão	Fator de ponderação	Domínios/Temas	Descritores de desempenho	Descritores do Perfil do aluno	Técnicas/Instrumentos de avaliação
Atitudes (20%)	5%	Cooperação Participação, interesse e empenho.	- Colaborar em diferentes contextos de aula, de forma adequada e segura, com base nas regras de conduta próprias de cada ambiente; - Participar com interesse e empenho.	Participativo /colaborador (B,C ,D,E,F) Responsável/autónomo (C, D, E, F,G,I,J) Respeitador da diferença do outro (A,B,E,F,H) Cuidador de si e do outro (A,B, E,F,G,I,J)	- Grelhas de registo de observação em sala de aula/Teams - Listas de verificação - Caderneta Escolar
	5%	Responsabilidade Pontualidade, cumprimento de tarefas, material necessário, preservação de material.	- Pontualidade, cumprimento de tarefas, trazer o material necessário, preservação de material.		
	5%	Relacionamento Interpessoal Respeito pelos outros, cumprimento de regras, entreaajuda	- Adequar comportamentos em contextos de cooperação, partilha, colaboração e competição; - Respeito pelos outros, cumprimento de regras, entreaajuda.		
	5%	Autonomia Autoavaliação, hábitos e métodos de trabalho, tomada de decisões.	- Desenvolver novas ideias e soluções, de forma imaginativa e inovadora, como resultado da interação com outros ou da reflexão pessoal, aplicando-as a diferentes contextos e áreas de aprendizagem; - Autoavaliação, hábitos e métodos de trabalho, tomada de decisões.		

Áreas de competências do Perfil dos Alunos

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; Saber científico, técnico e tecnológico
J-Consciência e domínio do corpo



OPERACIONALIZAÇÃO		
AVALIAÇÃO FORMATIVA	AVALIAÇÃO SUMATIVA	CLASSIFICAÇÃO
<p>A avaliação formativa deve ser sistémica e oportuna, contínua e interativa e deve ocorrer em todas as aulas e sempre que se pretende: Aferir o estado das aprendizagens; Analisar as dificuldades dos alunos e atingir os objetivos de aprendizagem; analisar o produto de aprendizagem, após pequenos períodos; Fazer um balanço das aprendizagens, após um período mais longo, Possibilitar e organizar as práticas pedagógicas e as diferentes necessidades dos alunos.</p>	<p>A avaliação sumativa deve ser oportuna e previamente marcada. Deve ocorrer sempre que se pretende: Analisar o produto de aprendizagem, após pequenos períodos; fazer um balanço das aprendizagens, após um período mais longo, possibilitando reorganizar as práticas pedagógicas e as diferentes necessidades dos alunos.</p>	<p>CF= CC*70%+AT*30%</p>