

Critérios Específicos de Avaliação
2022/2023
Nível de Ensino
Departamento
Grupo
Área / Disciplina

 Básico - 2.º ciclo
 Expressões
 260

Educação Física

Competências transversais	Domínio	Subáreas	Áreas de Competência do Perfil do Aluno	Total parcial	Total	Instrumentos de apreciação e avaliação
<ul style="list-style-type: none"> Analisar e interpretar a realização das atividades físicas selecionadas, utilizando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva, etc. Conhecer os processos fundamentais das adaptações morfológicas, funcionais e psicológicas, que lhe permitem compreender os diversos fatores da aptidão física. Conhecer e aplicar cuidados higiénicos, bem como as regras de segurança pessoal e dos companheiros, e de preservação dos recursos materiais. 	Área das Atividades Físicas	Jogos	A, B, G, I, J	10,0%	50,0%	a - Observação direta. b - Grelhas de registo de informação. c - Oralidade.
		Jogos Desportivos Coletivos	A, B, C, D, E, J	10,0%		
		Ginástica	A, B, D, F, G, H, J	12,5%		
		Atletismo	A, B, F, G, H, J	12,5%		
		Atividades Rítmicas Expressivas	A, B, C, D, E, H, J	5,0%		
<ul style="list-style-type: none"> Elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas gerais básicas, particularmente da resistência geral de longa duração; da força rápida; da velocidade de reação simples e complexa, de execução, de frequência de movimentos e de deslocamento; da flexibilidade; da força resistente (esforços localizados) e das destrezas geral e direcionada. 	Área da Aptidão Física	Resistência	I, J	2,0%	10,0%	d - Bateria de Testes "FITescolas". e - Grelhas de observação e registo.
		Força	I, J	2,0%		
		Velocidade	I, J	2,0%		
		Flexibilidade	I, J	2,0%		
		Destreza Geral	I, J	2,0%		

Áreas de Competência do Perfil dos Alunos

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

I-Saber científico, técnico e tecnológico

J-Consciência e Domínio do Corpo.

Competências transversais	Domínio	Subáreas	Áreas de Competência do Perfil do Aluno	Total parcial	Total	Instrumentos de apreciação e avaliação
<ul style="list-style-type: none"> Conhecer os processos fundamentais das adaptações morfológicas, funcionais e psicológicas, que lhe permitem compreender os diversos fatores da aptidão física. Analisar e interpretar a realização das atividades físicas selecionadas, utilizando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva, etc. Conhecer e aplicar cuidados higiénicos, bem como as regras de segurança pessoal e dos companheiros, e de preservação dos recursos materiais. 	Área dos conhecimentos	Resistência	A, B, C, D, E, F, G, I, J	1,0%	10,0%	f - Testes escritos. g - Grelhas de registo. h - Relatórios. i - Trabalhos teóricos e práticos. j - Fichas de trabalho. k - Oralidade.
		Força	A, B, C, D, E, F, G, I, J	1,0%		
		Velocidade	A, B, C, D, E, F, G, I, J	1,0%		
		Flexibilidade	A, B, C, D, E, F, G, I, J	1,0%		
		Agilidade	A, B, C, D, E, F, G, I, J	1,0%		
		Coordenação	A, B, C, D, E, F, G, I, J	1,0%		
		Modalidades desportivas	A, B, C, D, E, F, G, I, J	4,0%		
<ul style="list-style-type: none"> Cooperar com os companheiros na procura do êxito pessoal e do grupo; Cooperar, promovendo um clima relacional favorável ao aperfeiçoamento pessoal e gosto proporcionado pelas atividades; Aplicar as regras de participação, combinadas na turma; agir com cordialidade e respeito na relação com os colegas e com o professor; Respeitar as regras organizativas que permitam atuar em segurança; cumprir e fazer cumprir regras de arbitragem; Apresentar iniciativas e propostas; ser autónomo na realização das tarefas; cooperar na preparação e organização dos materiais. 	Área dos Comportamentos e Atitudes	Interesse e Empenho	C, D, E, F, I	10,0%	30,0%	l - Observação direta. m - Grelhas de registo.
		Pontualidade	F	2,5%		
		Material	F, I	2,5%		
		Trabalho em equipa/grupo	A, B, C, D, E, F, H, I	5,0%		
		Atitudes e Valores	D, E, F, G,	10,0%		

Nota: Quando uma modalidade não for lecionada, a percentagem é distribuída equitativamente pelas restantes.

Áreas de Competência do Perfil dos Alunos

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

I-Saber científico, técnico e tecnológico

J-Consciência e Domínio do Corpo.