

ANO LETIVO 2024/2025

GRUPO DE RECRUTAMENTO – 620: EDUCAÇÃO FÍSICA

REFERENCIAIS DE AVALIAÇÃO

<p>Critérios gerais de avaliação do agrupamento:</p>	<ul style="list-style-type: none">• Resolução de problemas;• Comunicação;• Conhecimento;• Criatividade;• Relacionamento Interpessoal;• Desenvolvimento Pessoal e Autonomia;• Pesquisa e Tratamento da Informação.
--	---

Disciplina: Educação Física

Ano de escolaridade: 7º

Data de aprovação em reunião de PCA: 10 de setembro de 2024

Data de aprovação em reunião de grupo: 04 de setembro de 2024

Temas ou Conteúdos das Aprendizagens Essenciais	Áreas de Competências	Ponderação	Processos de recolha diversificados
<u>Conhecimentos</u>	<ul style="list-style-type: none"> . Aptidão física e saúde; . Benefícios do exercício físico para a saúde; 	5%	Registo de observação: <ul style="list-style-type: none"> . Intervenções orais e escritas; . Trabalhos individuais . Autoavaliação.
<u>Atividades Físicas</u>	<ul style="list-style-type: none"> . Aptidão física e saúde; . Benefícios do exercício físico para a saúde; . Conhecer o Jogo/ Modalidade e regras, a técnica/tática; . Jogos Desportivos Coletivos: Andebol, Futebol, Voleibol e Basquetebol; . Ginástica: solo e aparelhos; . Atletismo: corridas, saltos, marcha e lançamentos. Conhecer o Jogo/ Modalidade e regras, a técnica/tática; . Patinagem; . Desportos de Combate; . Jogos de Raquetes: Badminton, Ténis e Ténis de Mesa; . Orientação; 	30%	Registo de observação: <ul style="list-style-type: none"> . grelhas de observação - exercício critério individual/ situação de jogo; . grelhas de observação - nível de progressão; . Autoavaliação.
<u>Aptidão Física</u>	<ul style="list-style-type: none"> . Capacidades Físicas: testes de aptidão física - Fitescola: vaivém, abdominais, flexões, senta e alcança ou flexibilidade dos ombros, impulsão horizontal ou impulsão vertical. 	15%	<ul style="list-style-type: none"> . Programa Fitescola; . Registo de observação intermédia; . Autoavaliação.

Relacionamento Interpessoal Desenvolvimento pessoal e autonomia	<ul style="list-style-type: none"> . Relacionamento interpessoal: respeito, cooperação e solidariedade; . Desenvolvimento pessoal e autonomia: participação, empenho, autonomia, responsabilidade; . Bem-estar e saúde: cuidados higiênicos e responsabilidade social e ambiental. 	50%	<ul style="list-style-type: none"> . Observação direta; . Grelhas de observação - assiduidade, pontualidade, comportamento; . Autoavaliação.
--	---	------------	---

DOMÍNIOS ou DOMÍNIOS e DESCRITORES	GRAUS DE CONSECUÇÃO				
	MUITO BOM	BOM	SUFICIENTE	INSUFICIENTE	
	Nível 5	Nível 4	Nível 3	Nível 2	Nível 1
Área das Atividades Físicas (consciência e domínio do corpo)	4 NI+ 2 NE	5 NI+ 1 NE	4 NI+ 2 NPI	2 NI+3 NPI	2 NI+ 2 NPI ou menos
<u>Desempenho técnico e tático;</u> <ul style="list-style-type: none"> . Aplicação do regulamento das modalidades; . Resolução de problemas 	<p>Nas matérias das subáreas das Aprendizagens Essenciais, o aluno desenvolveu as competências essenciais de :</p> <p>A demonstração de competência manifesta-se quando o aluno atinge os objetivos específicos definidos para cada matéria (Desportos coletivos: Voleibol, Andebol, Futsal e Basquetebol; Ginástica; Atletismo; Badminton e outras Atividades (ver o anexo 1), estruturados em 3 níveis de complexidade das aprendizagens: Introdução (NI), Nível Parcial Introdutório (NPI), Elementar (NE) e Avançado (NA).</p> <p>Todas as categorias são abordadas e avaliadas, mas só é tida em conta as que o aluno teve melhor prestação (duas nos Desportos Coletivos, uma na Ginástica, o Atletismo e duas entre as modalidades de Patinagem e outras (Orientação, Luta e Badminton).</p> <p>A avaliação em cada matéria realiza-se pelo facto de o aluno saber fazer o que é pedido (se realiza ou não).</p>				
Área da Aptidão Física (bem-estar, saúde e am	O aluno encontra-se na Zona Saudável da Aptidão Física em 5 testes.	O aluno encontra-se na Zona Saudável da Aptidão Física em 5	O aluno encontra-se na Zona Saudável da Aptidão Física em 3 testes.	O aluno encontra-se na Zona Saudável da Aptidão Física em menos de 3	O aluno não se encontra na Zona Saudável da Aptidão Física em nenhum tes

<p>biente)</p> <ul style="list-style-type: none"> . Aptidão muscular . Aptidão aeróbia . Desenvolvimento Pessoal e Autonomia 		<p>testes. Falhando um teste, terá de ter o brigatoriamente o teste vai e vem na zona saudável e pelo menos um teste na zona atlética</p>		<p>testes.</p>	<p>te.</p>
<p>A média das classificações nos testes de condição física situa-se com referência à Zona Saudável de Aptidão Física: Os alunos têm de procurar estar dentro da Zona Saudável, por género e idade, em valores de referência estabelecidos por resultados de estudos adequados à população portuguesa: http://fitescola.dge.mec.pt/ e os desempenhos são classificados de acordo com uma tabela de Escola com base nos valores de referência nacionais. Os testes de aptidão física aplicados - FIT escola são: vaivém, abdominais, flexões, senta e alcança* ou flexibilidade dos ombros*, impulsão horizontal** ou impulsão vertical**. * - Entre estes dois testes será selecionado o melhor. ** - Entre estes dois testes será selecionado o melhor.</p>					
<p>Área dos Conhecimentos</p> <ul style="list-style-type: none"> . Comunicação . Criatividade . Conhecimento 	<p>O aluno apresenta um registo (90% - 100%) nos conhecimentos relativos aos conteúdos abordados nesta área</p>	<p>O aluno apresenta um registo (70% - 89%) nos conhecimentos relativos aos conteúdos abordados nesta área.</p>	<p>O aluno apresenta um registo (50% - 69%) nos conhecimentos relativos aos conteúdos abordados nesta área.</p>	<p>O aluno apresenta um registo (0% - 49%) nos conhecimentos relativos aos conteúdos abordados nesta área.</p>	<p>O aluno apresenta um registo (0% - 19%) nos conhecimentos relativos aos conteúdos abordados nesta área.</p>
<p>Ao longo dos três períodos serão abordadas as várias temáticas da disciplina, e durante o processo serão recolhidos os diversos elementos de avaliação formativa e sumativa</p>					
<p>Relacionamento Interpessoal</p>	<p>Resolve sempre os problemas de relacionamento de forma pacífica, construindo consensos.</p>	<p>Resolve na maioria das vezes os problemas de relacionamento de forma pacífica, demonstrando alguma dificuldade em construir consensos.</p>	<p>Algumas vezes mantém uma postura neutra, face a problemas de relacionamento</p>	<p>Cria problemas de relacionamento.</p>	<p>Cria graves problemas de relacionamento</p>
<p>Desenvolvimento p</p>	<p>Envolve-se sempre na construção da sua aprendizagem, cumprindo as tarefas</p>	<p>Envolve-se na construção da sua aprendizagem, cumprindo a m</p>	<p>Algumas vezes envolve-se na construção da sua aprendizagem, cumprindo par</p>	<p>Com pouca frequência envolve-se na construção da sua aprendizagem e p</p>	<p>Raramente ou nunca envolve-se na construção da sua aprendizagem e não s</p>

essoal e autonomia	solicitadas e adapta-se sempre a novas situações, superando os obstáculos com que se depara.	maioria das tarefas solicitadas, mas nem sempre se adapta a novas situações.	parcialmente as tarefas solicitadas, adaptando-se a algumas vezes a novas situações.	algumas vezes se adapta a novas situações.	se adapta a novas situações.
--------------------	--	--	--	---	-------------------------------------

O Coordenador do grupo de recrutamento,

Lúis Candeias