

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"><li>• Resolução de problemas;</li><li>• Comunicação;</li><li>• Conhecimento;</li><li>• Criatividade;</li><li>• Relacionamento Interpessoal;</li><li>• Desenvolvimento Pessoal e Autonomia;</li><li>• Pesquisa e Tratamento da Informação.</li></ul>
--	---

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

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

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"> <li>. Aplicação do regulamento das modalidades;</li> <li>. Resolução de problemas</li> </ul>	<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)  . 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		testes.	te.
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: <a href="http://fitescola.dge.mec.pt/">http://fitescola.dge.mec.pt/</a> 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>Área dos Conhecimentos  . Comunicação  . Criatividade  . Conhecimento</p>	O aluno apresenta um registo (90% - 100%) nos conhecimentos relativos aos conteúdos abordados nesta área	O aluno apresenta um registo (70% - 89%) nos conhecimentos relativos aos conteúdos abordados nesta área.	O aluno apresenta um registo (50% - 69%) nos conhecimentos relativos aos conteúdos abordados nesta área.	O aluno apresenta um registo (0% - 49%) nos conhecimentos relativos aos conteúdos abordados nesta área.	O aluno apresenta um registo (0% - 19%) nos conhecimentos relativos aos conteúdos abordados nesta área.
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>Relacionamento Interpessoal</p>	Resolve <b>sempre</b> os problemas de relacionamento de forma pacífica, construindo consensos.	Resolve <b>na maioria das vezes</b> os problemas de relacionamento de forma pacífica, <b>demonstrando alguma dificuldade</b> em construir consensos.	<b>Algumas vezes</b> mantém uma postura neutra, face a problemas de relacionamento	<b>Cria problemas</b> de relacionamento.	<b>Cria graves problemas</b> de relacionamento
<p>Desenvolvimento p</p>	Envolve-se <b>sempre</b> na construção da sua aprendizagem, cumprindo as tarefas	Envolve-se na construção da sua aprendizagem, <b>cumprindo a m</b>	<b>Algumas vezes</b> envolve-se na construção da sua aprendizagem, <b>cumprindo par</b>	<b>Com pouca frequência</b> envolve-se na construção da sua aprendizagem e <b>p</b>	<b>Raramente ou nunca</b> envolve-se na construção da sua aprendizagem e <b>não s</b>

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.	cialmente as tarefas solicitadas, adaptando-se a algumas vezes a novas situações.	poucas vezes se adapta a novas situações.	e adapta a novas situações.
--------------------	--	--	---	---	-----------------------------

O Coordenador do grupo de recrutamento,

Lúis Candeias