

Critérios de Avaliação Educação Física 3º ciclo			
	Domínios/Descritores de desempenho	Área de Competências – PASEO ¹	Instrumentos de Avaliação ²
Conhecimentos e Capacidades (70%)	<p>Atividades Físicas</p> <ul style="list-style-type: none"> • Jogos desportivos coletivos <ul style="list-style-type: none"> • Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo, nos JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (Basquetebol, Futebol, Andebol, Voleibol), realizando com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares em todas as funções, conforme a oposição em cada fase do jogo, aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro. • Ginástica <ul style="list-style-type: none"> • Compor, realizar e analisar da GINÁSTICA (Solo, Aparelhos, Rítmica), as destrezas elementares de acrobacia, dos saltos, do solo e dos outros aparelhos, em esquemas individuais e/ou de grupo, aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação, e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios. • Atletismo <ul style="list-style-type: none"> • Realizar e analisar do ATLETISMO, saltos, corridas, lançamentos e marcha, cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento, não só como praticante, mas também como juiz. • Atividades rítmicas expressivas <ul style="list-style-type: none"> • Apreciar, compor e realizar, nas ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais), seqüências de elementos técnicos elementares, em coreografias individuais e ou em grupo, aplicando os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições. • Patinagem <ul style="list-style-type: none"> • Patinar adequadamente em combinações de deslocamentos e paragens, com equilíbrio e segurança, realizando as ações técnico-táticas elementares em jogo e as ações de composições rítmicas «individuais» e «a pares». • Outras (raquetas) <ul style="list-style-type: none"> • Realizar com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares, nos JOGOS DE RAQUETES (Badminton, Ténis e Ténis de Mesa), garantindo a iniciativa e ofensividade em participações «individuais» e «a pares», aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro. 	<ul style="list-style-type: none"> • Linguagens e texto • Informação e comunicação • Raciocínio e resolução de problemas • Pensamento crítico e pensamento criativo • Relacionamento Interpessoal • Desenvolvimento pessoal e autonomia • Bem-estar, saúde e ambiente • Sensibilidade estética e artística • Saber científico, técnico e tecnológico • Consciência e domínio do corpo <p>¹Competências trabalhadas em sala de aula, envolvendo ambientes de aprendizagem ativa, centrados no aluno e orientados para o seu desenvolvimento integral.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • INQUÉRITO Questionário Oral • OBSERVAÇÃO Grelha de Indicadores de observação. Grelha de avaliação. Observação Direta e registo da observação. • ANÁLISE CONTEÚDO Trabalhos de pesquisa/investigação. Trabalhos escritos (individuais e/ou em grupo). • TESTAGEM Questionamento. Testes FitEscola. Ficha de trabalho. Quizzes. <p>²A escolher pelo professor em função das aprendizagens, dos alunos e dos objetivos. (No mínimo, 3 instrumentos de 2 técnicas diferentes).</p>

	<p>Aptidão Física</p> <ul style="list-style-type: none"> 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. 		
	<p>Conhecimentos</p> <ul style="list-style-type: none"> Relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras, a composição corporal, a alimentação, o repouso, a higiene, 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. 		

Competências transversais (30%)	Atitude perante a aprendizagem (15%)	
	5	Adota uma atitude recetiva e proativa perante os processos de aprendizagem, evidenciando responsabilidade, empenho, curiosidade, autonomia, concentração, persistência e espírito crítico.
	4	Adota atitudes recetivas e adequadas perante os processos de aprendizagem.
	3	Adota algumas atitudes adequadas à concretização dos processos de aprendizagem, revelando algumas resistências e/ou algumas inseguranças.
	2	Revela muitas dificuldades em adotar atitudes adequadas à concretização dos processos de aprendizagem, revelando muitas resistências e/ou inseguranças.
1	Tem uma postura de negação perante os processos de aprendizagem.	

Interação em contexto educativo (15%)	
5	Respeita princípios de interação e regras de convivência, dando um contributo que enriquece o contexto educativo. Envolve-se ativamente em tarefas colaborativas, mostrando flexibilidade e solidariedade.
4	Respeita princípios de interação e regras de convivência, envolvendo-se regularmente em tarefas colaborativas.
3	Reconhece princípios de interação e regras de convivência, embora evidencie dificuldades em respeitá-los de forma sistemática. Aceita colaborar, quando solicitado
2	Não colabora nem interage em contexto educativo, quer por iniciativa, quer quando solicitado.
1	Não colabora e interage de forma inadequada, desrespeitando princípios de interação e regras de convivência