

Ano letivo 2019/2020

ENSINO SECUNDÁRIO

DEPARTAMENTO ARTES E EXPRESSÕES

ÁREA DISCIPLINAR DE ED. FÍSICA Ano 10º

CRITÉRIOS GERAIS DE AVALIAÇÃO

Aprendizagens	Descritores do Perfil dos Alunos	Instrumentos de Avaliação	Fator de Ponderação
Conhecimentos 30%	<p>Conhecer terminologia, principais regras e regulamentos</p> <p>Conhecer ações técnicas e/ou táticas</p> <p>Relacionar a Aptidão Física e Saúde, identificando os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras, a composição corporal, a alimentação, o repouso, a higiene, a afetividade e a qualidade do meio ambiente</p> <p>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</p> <p>Realizar a prestação de socorro a uma vítima de paragem cardiorrespiratória, no contexto das atividades físicas ou outro e interpretá-la como uma ação essencial, reveladora de responsabilidade individual e colectiva</p> <p>(A,B,C,D,I,J)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Provas de verificação de conhecimentos - Trabalho de pesquisa - Apresentação oral - Questionamento oral - Trabalhos diversos: individuais, pares ou grupo. - Grelhas de verificação /observação direta - Registo em grelha própria da avaliação de cada modalidade - Ficha de auto-avaliação 	90%
Capacidades 60% (Área das Atividades Físicas 45% Área da Aptidão Física 15%)	<p>Desenvolver as competências essenciais de nível INTRODUÇÃO em cinco matérias e de nível ELEMENTAR numa matéria das diferentes subáreas abordadas: JDC (basquetebol, futsal, andebol e voleibol), Ginástica acrobática, Atletismo, Dança, Desportos de Raquetes.</p> <p>Desenvolver as 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> <p>(A,B,C,D,E,F,G,H,I,J)</p>		
Atitudes 10 %	<p>Responsabilidade</p> <p>Respeito/Cumprimento de regras - Autonomia, Iniciativa e Cooperação na procura do êxito pessoal e do grupo</p> <p>Participação ativa em todas as situações</p> <p>(A,B,C,D,E,F,G)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Observação direta - Registo das atitudes e valores em grelha própria - Ficha de auto avaliação 	10%

Legenda

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

Alunos com dispensa da componente prática da disciplina devidamente justificada

Aprendizagens	Descritores do Perfil dos Alunos	Instrumentos de Avaliação	Fator de Ponderação
Conhecimentos	<p>Conhecer terminologia, principais regras e regulamentos</p> <p>Conhecer ações técnicas e/ou táticas</p> <p>Relacionar aptidão física e saúde e identificar os benefícios do exercício físico para a saúde.</p> <p>Relacionar a Aptidão Física e Saúde, identificando os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras, a composição corporal, a alimentação, o repouso, a higiene, a afetividade e a qualidade do meio ambiente</p> <p>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</p> <p>Realizar a prestação de socorro a uma vítima de paragem cardiorrespiratória, no contexto das atividades físicas ou outro e interpretá-la como uma ação essencial, reveladora de responsabilidade individual e colectiva</p> <p>(A,B,C,D,I,)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Provas de verificação de conhecimentos - Trabalho de pesquisa - Apresentação oral - Questionamento oral - Trabalhos diversos: individuais, pares ou grupo. - Grelhas de verificação /observação direta - Registo em grelha própria da avaliação de cada modalidade - Ficha de auto-avaliação 	90%
Atitudes	<p>Responsabilidade</p> <p>Respeito/Cumprimento de regras - Autonomia, Iniciativa e Cooperação na procura do êxito pessoal e do grupo</p> <p>Participação ativa em todas as situações</p> <p>(A,B,C,D,E,F,G)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Observação direta - Registo das atitudes e valores em grelha própria - Ficha de auto avaliação 	10%

Legenda

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

16 de setembro de 2019

A Representante do Grupo Disciplinar



A Coordenadora do Departamento de Artes e Expressões

