CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO

Educação Física – 10º ano

ÁREAS DE COMPETÊNCIAS DO PERFIL DOS ALUNOS:
A – Linguagem 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.

DOMÍNIOS	DOMÍNIOS ESPECÍFICOS	PONDERAÇÃO (%)	PERFIL DO ALUNO	DESCRITORES DE DESEMPENHO
CONHECIMENTOS E CAPACIDADES	**ÁREA DOS CONHECIMENTOS** Análise, interpretação e aplicação dos conhecimentos teóricos sobre a realização das atividades físicas selecionadas. **ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS** **Realização de destrezas ao longo das aulas** Execução com correção e oportunidade, em jogo e/ou exercício critério, das ações técnicas e/ou táticas. **Realização de destrezas em aula/avaliação** Execução com correção e oportunidade, em jogo e/ou exercício critério, das ações técnicas e/ou táticas. **ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA** Desenvolvimento da aptidão aeróbia e neuromuscular	**15%** **30%** **10%** **20%**	A B C D E F G H I J	Identifica as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação, de acordo com as características do esforço realizado. Interpreta as principais adaptações do funcionamento do seu organismo durante a atividade física. Analisa e interpreta a realização das atividades físicas selecionadas, utilizando os conhecimentos sobre técnica, organização, participação e ética desportiva. Coopera com os companheiros para o alcance do objetivo, nos **Jogos Desportivos Coletivos** (BASQUETEBOL, 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.. Compõe, realiza e analisa esquemas individuais e em grupo da **Ginástica** (Acrobática, Solo ou Aparelhos), aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação das destrezas, e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios. Realiza e analisa provas combinadas no **Atletismo**, saltos, corridas, lançamentos e marcha, em equipa, cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento, não só como praticante, mas também como juiz. Realiza, do **Badminton**, com oportunidade e correção as ações técnico taticas solicitadas pelas situações de jogo, aplicando a ética do jogo e as suas regras. Aprecia, compõe e realiza, nas **Atividades Rítmicas Expressivas** (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais), sequências de elementos técnicos elementares em coreografias individuais e ou em grupo, aplicando os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições Desenvolve **capacidades motoras** evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia
ATITUDES	Atenção; Relações interpessoais; Empenho; Responsabilidade.	**25%**		Relaciona-se com cordialidade e respeito pelos seus companheiros e professor. Coopera nas situações de aprendizagem e de organização, escolhendo as ações favoráveis ao êxito, segurança e bom ambiente relacional, na atividade da turma. Assume compromissos e responsabilidades de organização e preparação das atividades individuais e ou de grupo, cumprindo com empenho e brio as tarefas inerentes; Demonstra comportamentos de atenção e empenho nas situações de aprendizagem que lhe permitem ultrapassar as dificuldades com que se depara. É assíduo e pontual.

PROCEDIMENTO GERAIS DE AVALIAÇÃO
1) Serão utilizados os instrumentos que melhor se adeqúem ao Perfil dos Alunos, tendo em conta as competências a desenvolver e o momento avaliativo. O professor informará os alunos sobre os instrumentos de avaliação escolhidos ficando esta informação registada no caderno do aluno.
2) Os alunos são sempre informados dos critérios de avaliação, assim como das eventuais propostas de correção.
3) As aprendizagens desenvolvidas pelos alunos no âmbito da Cidadania e Desenvolvimento / Projeto Interdisciplinar de Turma são consideradas na avaliação da disciplina.