

Os critérios de avaliação da disciplina de **Educação Física** do ensino regular, que aqui se apresentam, pretendem dar cumprimento ao disposto no DL 55/2018, artigo 3.º, alínea d), assim como no artigo 17.º, ponto 2, concomitantemente com o artigo 22.º, ponto 3 e com a Portaria n.º223-A/2018. Tendo por base este enquadramento, realça-se que as *Aprendizagens Essenciais* constituem as orientações curriculares de base na planificação, realização e avaliação do ensino e aprendizagem.

No *Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória* (PASEO), documento de referência que assegura a coerência do sistema de educação e dá sentido à escolaridade obrigatória, pode ler-se que "(...) todos os saberes são orientados por princípios, valores e por uma visão explícitos (...)" (pág. 8). Associadas aos *Valores*, que se expressam através de atitudes, condutas e comportamentos (Quadro III), afiguram-se as *Áreas de Competência* (Quadro I) - combinações de conhecimentos, capacidades e atitudes, centrais no PASEO.

Cada área curricular contribui para o desenvolvimento de todas as *Áreas de Competência* consideradas no Perfil dos Alunos, daí que envolvam múltiplas competências, teóricas e práticas. Os *descritores* (Quadro II) referem-se a capacidades e atitudes a promover, visando construir as competências previstas no *Perfil dos Alunos*.

O desenvolvimento destas literacias múltiplas é alcançado a partir da mobilização de "técnicas, instrumentos e procedimentos diversificados e adequados" (DL 55/2018, art.º 23, ponto 1, b)), tendo em conta os descritores/ano de escolaridade e as áreas de competências que se pretendem desenvolver, garantindo uma avaliação formativa sistemática que culmine numa avaliação sumativa no final do período/ano letivo.

Quadro I: Áreas de Competência do Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória.

ÁREAS DE COMPETÊNCIA	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.
-----------------------------	---

Quadro II: Descritores do Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória.

Descritores do Perfil do Aluno					
Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado (A, B, G, I, J)	Criativo (A, C, D, J)	Crítico/Analítico (A, B, C, D, G)	Questionador/ Investigador (A, C, D, F, G, I, J)	Respeitador da diferença/ do outro (A, B, E, F, H)	Sistematizador/ organizador (A, B, C, I, J)
Comunicador / Interventor (A, B, D, E, G, H, I)	Participativo/ colaborador (B, C, D, E, F)	Responsável/ autónomo (C, D, E, F, G, I, J)	Cuidador de si e do outro (A, B, E, F, G, I, J)	Autoavaliador (transversal às áreas)	

Quadro III: Valores e atitudes previstos no Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória.

VALORES		a) Responsabilidade e integridade; b) Excelência e exigência; c) Curiosidade, reflexão e inovação; d) Cidadania e participação; e) Liberdade
Atitudes	a)	Respeitar-se a si mesmo e aos outros; saber agir eticamente, consciente da obrigação de responder pelas próprias ações; ponderar as ações próprias e alheias em função do bem comum.
	b)	Aspirar ao trabalho bem feito, ao rigor e à superação; ser perseverante perante as dificuldades; ter consciência de si e dos outros; ter sensibilidade e ser solidário para com os outros.
	c)	Querer aprender mais; desenvolver o pensamento reflexivo, crítico e criativo; procurar novas soluções e aplicações.
	d)	Demonstrar respeito pela diversidade humana e cultural e agir de acordo com os princípios dos direitos humanos; negociar a solução de conflitos em prol da solidariedade e da sustentabilidade ecológica; ser interventivo, tomando a iniciativa e sendo empreendedor.
	e)	Manifestar a autonomia pessoal centrada nos direitos humanos, na democracia, na cidadania, na equidade, no respeito mútuo, na livre escolha e no bem comum.

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO

Disciplina de Educação Física, 3º ano

DESCRITORES/PERFIS DE DESEMPENHO				
Muito Bom	Bom	Suficiente	Insuficiente	
O aluno desenvolveu, na globalidade, as aprendizagens específicas no âmbito do tema/domínio, destacando-se pelos progressos evidenciados ao nível das múltiplas competências contempladas no <i>Perfil dos alunos</i> .	O aluno desenvolveu grande parte das aprendizagens específicas no âmbito do tema/domínio, evidenciando muitos progressos ao nível das múltiplas competências contempladas no <i>Perfil dos alunos</i> .	O aluno desenvolveu parte das aprendizagens essenciais específicas no âmbito do tema/domínio, evidenciando alguns progressos ao nível das múltiplas competências contempladas no <i>Perfil dos alunos</i> .	O aluno não desenvolveu a maioria das aprendizagens essenciais específicas no âmbito do tema/domínio, não evidenciando progressos ao nível das múltiplas competências contempladas no <i>Perfil dos alunos</i> .	O aluno não desenvolveu as aprendizagens essenciais específicas no âmbito do tema/domínio, não evidenciando progressos ao nível das múltiplas competências contempladas no <i>Perfil dos alunos</i> .

TEMA/DOMÍNIO O PONDERAÇÃO ^φ	SUBTEMA/ SUBDOMÍNIO	PERFIL DE APRENDIZAGENS ESPECÍFICAS/PERFIL DO ALUNO RELATIVO A CONHECIMENTOS - CAPACIDADES – ATITUDES ^{a)}	PROPOSTA DE CRITÉRIOS ^{b)} (A INTEGRAR AS RUBRICAS)	PROCESSOS DE RECOLHA DE ^{c)} INFORMAÇÃO
Ginástica 30%		<ul style="list-style-type: none"> Em percursos que integram várias habilidades, realizar as habilidades gímnicas básicas da GINÁSTICA, em esquemas ou sequências no solo e em aparelhos, encadeando e ou combinando as ações com fluidez e harmonia de movimento, nomeadamente: Executar a cambalhota à retaguarda com repulsão dos braços na parte final, terminando com as pernas afastadas e em extensão. Cambalhota à frente num plano inclinado, terminando com as pernas afastadas e em extensão. Subir para o pino apoiando as mãos no colchão e os pés num plano vertical, recuando as mãos e subindo gradualmente o apoio dos pés, aproximando-se da vertical (mantendo o olhar dirigido para as mãos). Regressar à posição inicial pela ação inversa. Passar por pino seguido de cambalhota à frente, partindo da posição de deitado ventral no plinto, deslizando para apoio das mãos no colchão (sem avanço dos ombros). Saltar ao eixo por cima de um companheiro após corrida de balanço e chamada a pés juntos, passando com os membros inferiores bem afastados e chegando ao solo em equilíbrio. Combinar posições de equilíbrio estático, com marcha lateral, para trás e para a frente, e «meiasvoltas». Lançar e receber o arco na vertical, com cada uma das mãos, evitando que toque no solo. Lançar o arco para a frente, no solo, fazendo-o voltar para trás, seguido de salto para que o arco passe por entre as suas pernas, agarrando-o atrás do corpo com uma das mãos. Subir e descer o espaldar e deslocar-se para ambos os lados de costas para o espaldar. Saltar à corda em corrida e no local (a pés juntos e pé coxinho), com coordenação e fluidez de movimentos. 	<p style="text-align: center;">Conhecimento</p> <p style="text-align: center;">Autonomia</p> <p style="text-align: center;">Participação</p> <p style="text-align: center;">Cooperação</p> <p style="text-align: center;">Responsabilidade individual e social</p>	<p>Grelhas de observação/registo</p> <p>Trabalho em sala de aula</p>

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO

Disciplina de Educação Física, 3º ano

- | | | |
|--|---|--|
| | <ul style="list-style-type: none">• Lançar e receber o arco com as duas mãos, no plano horizontal, posicionando-se para ficar dentro do arco na receção.• Rolar a bola sobre diferentes superfícies do corpo, controlando o seu movimento pelo ajustamento dos segmentos corporais.• Salto de coelho para o plinto longitudinal, após corrida de balanço e chamada a pés juntos, com apoio na extremidade mais próxima, seguida de SALTO DE EIXO com o apoio das mãos na outra extremidade.• Salto de barreira à esquerda e à direita, com apoio das mãos no plinto (baixo), após chamada a pés juntos, com receção no solo em equilíbrio.• RODA, com apoio alternado das mãos na «cabeça» do plinto (transversal), passando as pernas o mais alto possível, com receção equilibrada do outro lado em apoio alternado dos pés.• Pino de cabeça aproximando-se da vertical, beneficiando de ajuda de um companheiro ou de apoio no espaldar.• Adequar comportamentos em contextos de cooperação, partilha, colaboração e competição.• Aceitar opções, falhas e erros dos companheiros;• Utilizar o conhecimento para participar de forma adequada e resolver problemas em contextos diferenciados.• Apreciar os seus desempenhos;• Aceitar o apoio dos companheiros nos esforços de aperfeiçoamento próprio; | |
|--|---|--|

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO

Disciplina de Educação Física, 3º ano

<p>Jogos 40%</p>		<ul style="list-style-type: none"> • Participar nos JOGOS ajustando a iniciativa própria e as qualidades motoras na prestação às possibilidades oferecidas pela situação de jogo e ao seu objetivo, realizando habilidades básicas e ações técnico-táticas fundamentais, com oportunidade e correção de movimentos em jogos coletivos com bola, jogos de perseguição, jogos de oposição e jogos de raquete, nomeadamente: Cooperar com os companheiros procurando realizar as ações favoráveis ao cumprimento das regras e do objetivo do jogo. Tratar os colegas de equipa e os adversários com igual cordialidade e respeito, evitando ações que ponham em risco a sua integridade física. • Nos jogos coletivos com bola, agir em conformidade com a situação: <ul style="list-style-type: none"> • Se tem a bola, PASSAR a um companheiro que esteja liberto, respeitando o limite dos apoios estabelecidos. • Receber ativamente a bola com as duas mãos, quando esta lhe é dirigida ou quando a interceptar. Em concurso/exercício individual e ou a pares: • Fazer toques de sustentação para o companheiro, com as mãos, antebraços e ou cabeça, posicionando-se no ponto de queda da bola, para a devolver. • Impulsionar uma bola de espuma para a frente e para cima, posicionando-se para a «BATER» com a outra mão acima do plano da cabeça, e ao nível dos joelhos, numa direção determinada. • Realizar BATIMENTOS de bola de espuma com raquete, contra a parede, à esquerda e à direita, num plano à frente do corpo, posicionando-se consoante o lado, para devolver a bola após um ressalto no solo. • Em situação de exercício de Futebol — contra um guarda-redes: <ul style="list-style-type: none"> • CONDUZIR a bola progredindo para a baliza, com pequenos toques da parte interna e externa dos pés, mantendo a bola controlada, e rematar acertando na baliza. • Com um companheiro, passar e receber a bola com a parte interna dos pés, progredindo para a baliza e rematar, acertando na baliza. <ul style="list-style-type: none"> • Resolver problemas em situações de jogos; • Trabalhar em equipa e usar diferentes meios para comunicar presencialmente. • Cooperar com os companheiros procurando realizar as ações favoráveis ao cumprimento das regras e do objetivo do jogo. • Tratar os colegas de equipa e os adversários com igual cordialidade e respeito, evitando ações que ponham em risco a sua integridade física. • Aceitar o apoio dos companheiros nos esforços de aperfeiçoamento próprio; • Estabelecer relações entre conhecimentos, emoções e comportamentos. Identificar pontos fracos e fortes das suas aprendizagens; • Utilizar os dados da sua autoavaliação para se envolver na aprendizagem; 	<p>Conhecimento (das regras)</p> <p>Cooperação</p> <p>Colaboração</p> <p>Responsabilidade individual e social</p>	<p>Grelhas de observação/registo</p> <p>Trabalho em sala de aula</p>
-----------------------------	--	---	---	--

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO

Disciplina de Educação Física, 3º ano

<p>PERCURSOS NA NATUREZA (30%)</p>		<ul style="list-style-type: none">• Escolher e realizar habilidades apropriadas em percursos na natureza, de acordo com as características do terreno e os sinais de orientação, colaborando com os colegas e respeitando as regras de segurança e preservação do ambiente.• Colaborar com a sua equipa interpretando sinais informativos simples (no percurso e no mapa), para que esta, acompanhada pelo professor e colaboradores, cumpra um percurso na mata, bosque, montanha, etc., combinando as habilidades aprendidas anteriormente, mantendo a perceção da direção do ponto de partida e outros pontos de referência.	<p>Cooperação</p> <p>Orientação</p> <p>Participação</p> <p>Responsabilidade individual e social</p>	
---	--	--	---	--