

Ano letivo 2022/2023

CrITÉrios EspecÍficos de AvaliaÇão 7.ºAno | EducaÇão FÍsica

Domínios	Aprendizagens EspecÍficas / Descritores de desempenho	Descritores do Perfil do Aluno à Saída da Escolaridade Obrigatória (Aprendizagens Essenciais)
<p>ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS</p>	<p>O aluno desenvolve as competências essenciais para o 7.º ano de escolaridade de nível INTRODUÇÃO em 5 matérias, de diferentes subáreas e de acordo com as seguintes condições de possibilidade:</p> <p>SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (uma matéria) 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.</p> <p>SUBÁREA GINÁSTICA (uma matéria) Compor, realizar e analisar da GINÁSTICA (Solo, Aparelhos, Acrobática), 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.</p> <p>SUBÁREAS ATLETISMO, ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS e OUTRAS (três matérias) Realizar e analisar do ATLETISMO, saltos, corridas, lançamentos cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento, não só como praticante, mas também como juiz.</p> <p>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.</p>	<p>Conhecedor/sabedor/culto/informado (A,B,G,I,J)</p> <p>Criativo /Expressivo (A, C, D, J)</p> <p>Crítico/Analítico (A, B, C, D, G)</p> <p>Indagador/ Investigador/ Sistematizador/ organizador (A, B, C, D, F, H, I, J)</p> <p>Respeitador da diferença (A, B, E, F, H)</p> <p>Questionador e Comunicador (A, B, D, E, F, G, H, I, J)</p> <p>Participativo/colaborador/ Cooperante/ Responsável/</p>

Domínios	Aprendizagens Específicas / Descritores de desempenho	Descritores do Perfil do Aluno à Saída da Escolaridade Obrigatória (Aprendizagens Essenciais)
	<p>A SUBÁREA PATINAGEM não será abordada por falta de condições para a sua prática na escola.</p> <p>OUTRAS</p> <p>SUBÁREA RAQUETAS Realizar com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares, nos JOGOS DE RAQUETES (Badminton, Ténis), garantindo a iniciativa e ofensividade em participações «individuais» e «a pares», aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro.</p> <p>SUBÁREA DESPORTOS DE COMBATE Realizar com oportunidade e correção as ações do domínio de oposição em ATIVIDADE DE COMBATE (Luta), utilizando as técnicas elementares de projeção e controlo, com segurança (própria e do opositor) e aplicando as regras, quer como executante quer como árbitro.</p> <p>SUBÁREA ATIVIDADES DE EXPLORAÇÃO DA NATUREZA Realizar PERCURSOS (Orientação) elementares, utilizando técnicas de orientação e respeitando as regras de organização, participação, e de preservação da qualidade do ambiente.</p> <p>A SUBÁREA NATAÇÃO não será abordada por falta de condições para a sua prática na escola.</p> <p>-----</p> <p>Nota - Para o nível INTRODUÇÃO, em cinco matérias de diferentes subáreas, devem observar-se as seguintes condições:</p> <p>1 - O ATLETISMO constitui-se, simultaneamente, como uma subárea e como uma matéria.</p> <p>2 - Nas subáreas JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS, GINÁSTICA e ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS, cada uma das opções apresentadas entre parênteses é considerada como uma matéria.</p> <p>3 - Nas OUTRAS, poderá ser considerada uma matéria dos JOGOS DE RAQUETES, uma matéria da subárea de ATIVIDADES DE EXPLORAÇÃO DA NATUREZA ou uma matéria da subárea dos DESPORTOS DE COMBATE.</p>	<p>Autónomo (B, C, D, E, F, G, I, J)</p> <p>Cuidador de si e do outro (B, E, F, G)</p> <p>Autoavaliador/ Heteroavaliador (transversal às áreas)</p>

Domínios	Aprendizagens Específicas / Descritores de desempenho	Descritores do Perfil do Aluno à Saída da Escolaridade Obrigatória (Aprendizagens Essenciais)
	<p>Nível 1 (0-19%) - Não cumpre os Níveis Introdução (I) do Nível 2.</p> <p>Nível 2 (20%-49%) - 4 Níveis Introdução (I) e 1 Nível Não Introdutório (NI).</p> <p>Nível 3 (50%-69%) - 5 Níveis Introdução (I).</p> <p>Nível 4 (70%-89%) - 3 Níveis Introdução (I) e 2 Níveis Parte do Nível Elementar (PE).</p> <p>Nível 5 (90%-100%) - 2 Níveis Introdução (I) e 3 Níveis Elementar (E).</p>	
<p>ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA</p>	<p>Desenvolver capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF) do Programa FitEscola, para a sua idade e género.</p> <p>Nível 1 (0-19%) - Apto em 1 ZSAF;</p> <p>Nível 2 (20%-49%) - Apto em 2 ZSAF;</p> <p>Nível 3 (50%-69%) - Apto em 3 ZSAF;</p> <p>Nível 4 (70%-89%) - Apto em 4 ZSAF;</p> <p>Nível 5 (90%-100%) - Apto em 5 ZSAF.</p>	
<p>ÁREA DOS CONHECIMENTOS</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Relacionar aptidão física e saúde e identificar os benefícios do exercício físico para a saúde. - Interpretar a dimensão sociocultural dos desportos na atualidade e ao longo dos tempos, nomeadamente os jogos olímpicos e paralímpicos. <p>Nível 1 (0-19%) - Revela fracos conhecimentos;</p> <p>Nível 2 (20%-49%) - Revela insuficientes conhecimentos;</p> <p>Nível 3 (50%-69%) - Revela suficientes conhecimentos;</p> <p>Nível 4 (70%-89%) - Revela bons conhecimentos;</p> <p>Nível 5 (90%-100%) - Revela muito bons conhecimentos.</p>	

Valorização dos diferentes domínios e instrumentos de avaliação

Ano de escolaridade	Valorização dos domínios (em percentagem)	Instrumentos de Avaliação	Ponderação dos instrumentos (em percentagem)
7.º Ano	ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS 80 %	<ul style="list-style-type: none"> - Testes Práticos; - Testes Teóricos /Trabalhos/Questionamento; - Fichas de Avaliação Inicial; - Grelhas de Registo de Observação; - Grelhas de Registo Atitudes. 	80 %
	ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA 10 %	<ul style="list-style-type: none"> - Testes de Condição Física do Programa FitEscola; - Tabelas FitEscola, por género e idade; - Relatório Descritivo da Turma e/ou Relatório Individual de Aptidão Física; - Grelhas de Registo Atitudes. 	10 %
	ÁREA DOS CONHECIMENTOS 10 %	<ul style="list-style-type: none"> - Questionamento /Trabalhos Individuais/Grupo Ou Teste Escrito ou Ficha de Trabalho; - Grelhas de Registo Atitudes. 	10 %
<p>Para os alunos com atestado médico prolongado (superior a 30 dias): As ponderações dos vários domínios mantém-se iguais aos restantes alunos e os instrumentos de avaliação são: Testes Escritos/Fichas de Trabalho/Relatórios/Trabalho de Pesquisa e Fichas de Observação e Grelhas de Registo Atitudes e Tarefas.</p>			