

Critérios de avaliação de Educação Física – 9ºAno
2023/2024



Co-financiado por:



104 2023/2024

| Critérios | Domínios | Pond. | Perfil de Aprendizagens Essenciais | Áreas de competências (PASEO) | Processos de recolha de informação |
|--|---|--------------------|---|-------------------------------|--|
| <p>- Conhecimento</p> <p>- Resolução de problemas</p> <p>- Qualidade da Comunicação</p> | <p>ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS</p> | <p>70 %</p> | <p>SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS,</p> <p>- Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo, nos JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (Basquetebol, Andebol, Voleibol, Futsal), 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</p> <p>- Compor, realizar e analisar da GINÁSTICA (Solo, Aparelhos), 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</p> <p>- Realizar e analisar do <u>ATLETISMO</u>, saltos, corridas, lançamentos e marcha, cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento, não só como praticante, mas também como juiz.</p> <p>- Realizar com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares, nos JOGOS DE RAQUETES (<u>Badminton</u>), garantindo a iniciativa e ofensividade em participações «individuais» e «a pares», aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro.</p> <p>- Realizar PERCURSOS (<u>Orientação</u>) elementares, utilizando técnicas de orientação e respeitando as regras de organização, participação, e de preservação da qualidade do ambiente. Deslocar-se com segurança no MEIO AQUÁTICO (Natação), coordenando a respiração com as ações propulsivas específicas das técnicas selecionadas.</p> | <p>C, E, H, J, G</p> | <p>- Grelhas de registo de observação direta/avaliação (exercícios critério e/ou situação de jogo).</p> <p>- Fichas de auto e heteroavaliação.</p> |
| | <p>ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA</p> | <p>20 %</p> | <p>Elevar o nível funcional das CAPACIDADES CONDICIONAIS e COORDENATIVAS GERAIS (resistência geral de longa e de média duração; da força resistente; da força rápida; da velocidade de reação simples e complexa, de execução, de deslocamento e de resistência; das destrezas geral e específica e da flexibilidade).</p> | <p>J, G, F</p> | <p>Fit–Escola (Aplicação da bateria de testes de aptidão física)</p> |

| | | | | | |
|--|------------------------|------|---|---------|--|
| | ÁREA DOS CONHECIMENTOS | 10 % | Conhecer os objetivos, regras, gestos técnicos e materiais utilizados em cada modalidade desportiva. Aplicar as regras inerentes às diferentes modalidades. Identificar as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação (geral), de acordo com as características do esforço realizado. | A, B, I | - Teste de Avaliação Cognitiva e/ ou questionamento oral - Fichas de trabalho individuais e/ou de grupo |
|--|------------------------|------|---|---------|--|

a) A - Linguagens e textos; **B** - Informação e comunicação; **C** - Raciocínio e resolução de problemas; **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