

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO DA DISCIPLINA DE EDUCAÇÃO FÍSICA PARA ALUNOS DISPENSADOS DA VERTENTE PRÁTICA DE EDUCAÇÃO FÍSICA POR ATESTADO MÉDICO
11º ANO DE ESCOLARIDADE

DOMÍNIOS	ÁREAS DE COMPETÊNCIA	DESCRIPTORIOS DESEMPENHO /OPERATIVOS	INTRUMENTOS/ ANO
CONHECIMENTOS (70%)	A – Linguagens e textos	Aptidão Física- A,B,C,D,I. <ul style="list-style-type: none"> ○ Conhece fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas; ○ Conhece o protocolo FITescola. 	Fichas de avaliação formativa e/ou Questionários e/ou Trabalho individual/grupo e/ou Relatório de aula e/ou Ficha de observação direta desempenho das funções (arbitragem/ ajuda/etc)
	B – Informação e comunicação	Badminton- A,B,C,I. <ul style="list-style-type: none"> ○ Conhece o objetivo do jogo, o regulamento e a pontuação do jogo de singulares, identifica e interpreta as condições que justificam a utilização diferenciada dos seguintes tipos de batimento: clear, lob, serviço curto e serviço comprido. ○ Realiza a arbitragem do jogo segundo o regulamento técnico. 	
	C – Raciocínio e resolução de problemas	Basquetebol- A,B,C,I. <ul style="list-style-type: none"> ○ Conhece o objetivo do jogo, a função e o modo de execução das principais ações técnico-táticas e as regras: formas de jogar a bola, b) início e recomeço do jogo, c) bola fora, d) passos, e) dribles, f) bola presa e g) e g) faltas pessoais, adequando as suas ações a esse conhecimento. ○ Realiza a arbitragem do jogo segundo o regulamento técnico. 	
	D – Pensamento crítico e pensamento criativo	Voleibol- A,B,C,I. <ul style="list-style-type: none"> ○ Conhece o objetivo do jogo, a função e o modo de execução das principais ações técnico-táticas e as regras do jogo: a) dois toques, b) transporte, c) violações da rede e da linha divisória, d) formas de jogar a bola, e) número de toques consecutivos por equipa, f) bola fora, g) faltas no serviço, h) rotação ao serviço e i) sistema de pontuação. ○ Realiza a arbitragem do jogo segundo o regulamento técnico. 	
	E – Relacionamento interpessoal	Ginástica: A,B,C,I. <ul style="list-style-type: none"> ○ Conhece e aplica as regras relativas à segurança pessoal e coletiva; ○ Demonstra, quando solicitado, que sabe transportar, montar e desmontar os aparelhos e engenhos utilizados na aprendizagem; conhece o modo de execução dos elementos gímnicos, assim como as ajudas e correções: Rolamento à frente engrupado; Rolamento à retaguarda engrupado; Rolamento à frente terminando com MI afastadas e em extensão; Rolamento à retaguarda e saída com as pernas afastadas e em extensão; Apoio Facial Invertido, seguido de rolamento à frente; Roda; Posições de flexibilidade (afastamento lateral e frontal/ponte). ○ Conhece a técnica as pegas, os montes e desmontes do tipo simples ligados aos elementos a executar. ○ Compreende as funções de base e volante, na sincronização dos diversos elementos acrobáticos e coreográficos. 	
	F – Desenvolvimento pessoal e autonomia	Dança- A,B,C,I. <ul style="list-style-type: none"> ○ O aluno conhece o modo de execução técnica das seguintes habilidades motoras (chá-chá-chá): Passo básico, time step, posição aberta, posição fechada, volta à direita, volta à esquerda, posição de promenade e New Yorker. 	
	G – Bem-estar, saúde e ambiente	Atletismo- A,B,C,I. <ul style="list-style-type: none"> ○ Conhece o regulamento desempenhando a função de juiz, assim como as técnicas de execução das ações abordadas: corrida de velocidade; salto em altura e triplo salto. ○ Identifica e aplica as regras de segurança. 	
	H – Sensibilidade estética e artística	Jogos tradicionais- A,B,C,D,I. <ul style="list-style-type: none"> ○ Conhece o contexto sócio-histórico da prática de jogos tradicionais característicos da região, selecionados pelo professor ou apresentados por grupos da turma. 	
	I – Saber científico técnico e tecnológico	Conhecimentos – A,B,C,D,I. O aluno deve ficar capaz de: <ul style="list-style-type: none"> ○ Conhecer os métodos e meios de treino mais adequados ao desenvolvimento ou manutenção das diversas capacidades motoras. ○ Conhecer e interpretar os fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas utilizando esse conhecimento de modo a garantir a realização de atividade física em segurança, nomeadamente: ○ Dopagem e riscos de vida e/ou saúde. ○ Doenças e lesões. ○ Condições materiais, de equipamentos e de orientação do treino. 	
	J – Consciência e domínio do corpo		

<p style="text-align: center;">ATITUDES e COMPORTAMENTO (30%)</p>	<p>D – Pensamento crítico e pensamento criativo</p> <p>E – Relacionamento interpessoal</p> <p>F – Desenvolvimento pessoal e autonomia</p> <p>G – Bem-estar, saúde e ambiente</p>	<p>O aluno tem que:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Ser assíduo e pontual; (F) ○ Cooperar com os companheiros na procura do êxito pessoal e do grupo; (D,E) ○ Cooperar na preparação e organização dos materiais; (E,F) ○ Revelar empenho na realização das tarefas propostas e aceitar/aplicar as regras de participação nas tarefas e conduta na aula; (E,F) ○ Ser autónomo na realização das tarefas; (F) ○ Conhecer e aplicar as regras de segurança; (G) ○ Ser capaz de realizar a autoavaliação. (D) 	<p>Observação direta;</p> <p>Grelha de observação e registo de comportamentos e atitudes</p>
--	--	--	--

Aprovado em Conselho Pedagógico de 13 de setembro de 2018