

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO

Domínios e Ponderações	Conteúdos	Processo de Recolha de Informação	Áreas de Competências (PASEO)
Atividades Físicas e Desportivas (55%)	Modalidades e Atividades Desportivas: - Atletismo (Corridas/Saltos /Lançamentos) - Jogos (jogos sem bola e jogos com bola) - Desportos Coletivos (Futebol/Andebol/Voleibol/Basquetebol) - Ginástica de Solo (sequências de habilidades no solo) - Ginástica de Aparelhos (saltos no Boque e Plinto) - Ginástica Rítmica (habilidades com arcos, cordas, bola) -Atividades Expressiva / Dança (dança tradicional) - Desportos de Raquetas (Ténis de Mesa, ...) - Natação (destrezas aquáticas e nada estilo Crol / Costas)	Fichas e grelhas de registo do desempenho dos alunos nas atividades propostas de acordo com padrões de desempenho estabelecidos para as atividades/modalidades (observação direta da atividade físico motora). Tabelas e marcas de orientação...	E - Relacionamento interpessoal. F - Desenvolvimento pessoal e autonomia. G - Bem-estar, saúde e ambiente. H - Sensibilidade estética e artística. J - Consciência e domínio do corpo
Aptidão Física (15%)	Resistência - Vaivém Força - teste abdominal e/ou impulsão Horizontal Velocidade - 20m ou 40m Agilidade - 4x10m Flexibilidade - Senta e alcança Nota: Perfil atlético em cada teste - 3% Dentro da zona saudável em cada teste - 2,25% Fora da Zona saudável em cada teste - 1,50% Não realiza o teste - 0%	Testes de acordo com o protocolo, atingindo o nível da zona saudável ou zona de perfil atlético. (Amplitude, tempo de execução, nº repetições) Tabelas e marcas de orientação...	E - Relacionamento interpessoal. F - Desenvolvimento pessoal e autonomia. G - Bem-estar, saúde e ambiente. J - Consciência e domínio do corpo
Domínios e Ponderações	Conteúdos	Processo de Recolha de Informação	Áreas de Competências (PASEO)

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE MIRA

Conhecimentos (10%)	Conhecimento e rigor científico	Questões de aula; Fichas, relatórios e trabalhos sobre modalidades e temas do mundo desportivo.	A- Linguagens e textos. B- Informação e comunicação. I - Saber científico, técnico e tecnológico.
Conduta Pessoal e Social (20%)	- Assiduidade e Pontualidade - Material para as aulas - Cumprir as regras da sala de aula - Respeitar os colegas e professor - Realizar as tarefas e respeitar os prazos	- Registo da assiduidade e pontualidade às aulas; - Registo das faltas de equipamento e material para participar nas aulas; - Registo do Cumprimento ou não das regras estabelecidas para as aulas de Educação Física; - Registo das atitudes/comportamentos corretos ou incorretos com os seus pares e professor; - Registo da realização das tarefas pedidas ou não e cumprimento ou não dos respetivos prazos.	- E - Relacionamento interpessoal. - F - Desenvolvimento pessoal e autonomia.
Avaliação Formativa (aplicação de fontes de informação que o professor considere mais adequadas) » Observação dos alunos no início das atividades desportivas e modalidades. Observação das ações dos alunos a cada aula, efetuando questões sobre os respetivos desempenhos. Observação dos alunos em atividade específica (individual ou em grupo). Exercício critério e/ou condicionado. Criar etapas do processo de observação: Definir o que se vai observar, definir os critérios de observação, definir a medida de observação, estabelecer os itens de observação. Protocolos e procedimentos em testes e atividades. Aprendizagem personalizada (tempos, lugares e ritmos diferentes). Identificar os elementos do movimento que são úteis na instrução. Emitir feedback positivo para melhoria. Apreciar os seus desempenhos e os dos outros, dando e aceitando sugestões de melhoria. Identificar aspetos críticos que permitam a melhoria do seu desempenho. Interpretar e explicar as suas opções. Descrever processos de pensamento e ação usados durante a realização de uma tarefa ou abordagem de um problema. Identificar pontos fracos e fortes das suas aprendizagens. Utilizar os dados da sua autoavaliação para se envolver na aprendizagem.			