

## Área Disciplinar de Educação Física

### CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO - 3º Ciclo

Ano Letivo 2023/2024

#### Atividades Físicas:

Anos	7º Ano	8º Ano	9º Ano	Instrumentos e Processos de recolha de Informação
<b>AEEF</b>	<b>5 Níveis Introdução</b>	<b>6 Níveis Introdução</b>	<b>6 Níveis: 5 Introdução e 1 elementar</b>	
<b>Norma</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1 Nível de uma matéria da subárea JDC</li> <li>1 Nível de uma matéria da subárea da Ginástica</li> <li>3 Níveis de três matérias das restantes subáreas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1 Nível de uma matéria da subárea JDC</li> <li>1 Nível de uma matéria da subárea da Ginástica</li> <li>4 Níveis de quatro matérias das restantes subáreas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>2 Níveis de duas matérias da subárea JDC</li> <li>1 Nível de uma matéria da subárea da Ginástica</li> <li>1 Nível de uma matéria da subárea da Dança</li> <li>2 Níveis de duas matérias dos restantes subáreas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Observação direta e Grelhas de Registo</li> </ul>

#### Aptidão Física:

Anos	7º Ano	8º Ano	9º Ano	Instrumentos e Processos de recolha de Informação
<b>AEEF</b>	Demonstra capacidades em testes de Resistência Aeróbia e testes de Aptidão Muscular adequadas as normas da aptidão física representativa da Saúde, para a sua idade.			Bateria de Testes FITescola
<b>Norma</b>	Encontra-se na Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF – Testes FITescola)			

#### Conhecimentos:

Anos	7º Ano	8º Ano	9º Ano	Instrumentos e Processos de recolha de Informação
<b>AEEF</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Relaciona aptidão física e saúde e identifica os benefícios do exercício físico para a saúde.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Relaciona aptidão física e saúde e identifica os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Relaciona aptidão física e saúde e identifica Fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente</li> </ul>	Testes/Trabalhos

	<ul style="list-style-type: none"><li>• Interpreta a dimensão sociocultural dos desportos na atualidade e ao longo dos tempos, nomeadamente os Jogos Olímpicos e Paralímpicos.</li></ul>	<p>desenvolvimento das capacidades motoras.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Identifica e interpreta os valores Olímpicos e Paralímpicos, compreendendo a sua importância para a construção de uma sociedade moderna e inclusiva</li></ul>	<p>desenvolvimento das capacidades motoras, a composição corporal, a alimentação, o repouso, a higiene, a afetividade e a qualidade de vida do meio ambiente.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Interpreta a dimensão sociocultural dos desportos e da atividade física na atualidade e ao longo dos tempos, identificando fenómenos associados a limitações e possibilidades de prática dos desportos e das atividades físicas, tais como: o sedentarismo e a evolução tecnológica, a poluição, o urbanismo e a industrialização, relacionando-os com a evolução das sociedades.</li></ul>	
--	--	---	---	--

Observação: Os alunos com atestado médico prolongado serão avaliados apenas nos Domínios dos Conhecimentos e das Atitudes, segundo a Lei nº 51/2012, durante o período do Atestado.

### APRENDIZAGENS ESSENCIAIS / 3º CICLO ENSINO BÁSICO

		NÍVEIS	7º	8º	9º
ATIVIDADES FÍSICAS	5		5I	6I	5I+1E
	4		4I	5I	6I
	3		3I	4I	5I
	1-2		2I	3I ou -	4I ou -

			ZSAF	
APTIDÃO FÍSICA	5		7 Testes	7 Testes
	4		5 / 6 Testes	5 / 6 Testes
	3		3 / 4 Testes	3 / 4 Testes
	1-2		Até 2 Testes	Até 2 Testes

CONHECIMENTOS	1-5	- Testes - Fichas - Trabalhos / Projetos
---------------	-----	--