

Critérios de Avaliação Específicos (CEA)

Conhecimentos e capacidades essenciais que os alunos adquiriram no ano/ciclo anterior:

- Desportos coletivos: desmarcação/ marcação; passe e receção; leitura de jogo e condução de bola nos desportos de invasão.
- Desportos individuais: ritmo, equilíbrio, noção de espaço, coordenação motora, velocidade, destreza.
- Regulamento técnico.

Domínios	Fator de ponderação	Critérios de Sucesso ¹	Descritores do Perfil dos Alunos	Instrumentos de avaliação (regime presencial)	Instrumentos de avaliação (regime a distância)
(Desporto Coletivo – A) Futsal 18 tempos	14%	<p>Realiza com correção técnica:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Condução/Domínio • Passe • Receção e controlo • Remate • Drible/Finta • Interceção/Desarme • Marcação/Desmarcação • Penetração/Contenção <p>Jogo 3x3 e 5x5</p> <p>Em situação de jogo 3x3 e 5x5:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Marca HxH o portador da bola quando é o jogador mais próximo, independentemente do local em que ele se movimenta. • Marca o jogador sem bola, tentando impedir situações de superioridade numérica ofensiva, aumentando a pressão à medida que a bola se aproxima do seu adversário direto ou este se aproxima do companheiro com bola. • Desmarca-se através de mudanças rápidas de ritmo e direção da corrida, permitindo criar e ocupar espaços livres e apoiar o portador da bola. 	<p>Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado</p> <p>Criativo</p> <p>Respeitador da diferença/ do outro</p> <p>Organizador</p> <p>Comunicador</p> <p>Auto avaliador (transversal às áreas)</p> <p>Participativo/ colaborador</p> <p>Responsável/ autónomo</p>	<p>Relatórios</p> <p>Trabalhos Escritos</p> <p>Testes práticos</p> <p>Apresentação Oral com registo em grelhas e listas de verificação</p> <p>Portefólios Individuais</p> <p>Grelhas de auto e heteroavaliação</p>	<p>Relatórios</p> <p>Trabalhos Escritos</p> <p>Testes práticos</p> <p>Apresentação Oral com registo em grelhas e listas de verificação</p> <p>Portefólios Individuais</p> <p>Grelhas de auto e heteroavaliação</p>

¹ Critérios de sucesso aplicados de acordo com as Aprendizagens Essenciais e o Currículo da disciplina.

		<ul style="list-style-type: none"> • Penetra na direção da baliza, atacando o seu adversário direto, procurando criar situações de vantagem numérica ou posicional. • Faz contenção, marcando o jogador com bola, para parar o contra-ataque e permitir a organização defensiva. • Cooperar com os companheiros, incentiva e apoia a sua participação, apresentando sugestões de aperfeiçoamento, e considerando, por seu lado, as propostas que lhe são dirigidas. 	Cuidador de si e do outro		
(Desporto individual-B)		<p>Realizar com correção técnica:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Monte • Desmonte • Figuras de duos • Figuras de trios • Figuras de grupo até 10 elementos • Rotinas de trios e de grupos • Realiza com correção as técnicas de montar e desmontar; • Executa diferentes figuras de pares de trios e de grupo como volante e/ou base; <p>Realiza uma rotina de trios, e de grupo, que incluam figuras estáticas ou dinâmicas e uma ou mais coreografias.</p>	Áreas de competência: B, C, D, E, F, G, I, J		
Ginástica Acrobática 16 tempos	14%				
(Desporto coletivo - A)		<p>Realizar com correção técnica:</p> <p>Passe/recepção Drible Lançamento em suspensão Lançamento. na passada(D/E) Ressalto (ofensivo e defensivo) Marcação/Desmarcação Passe/Corte/Reposição Tripla ameaça Jogo 3x3 e 5x5</p> <p>Em situação de jogo 5x5:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Desmarca-se, abrindo linhas de passe e contribuindo para equilíbrio ofensivo (ocupação racional do espaço do jogo) da sua equipa e finaliza rapidamente, em vantagem numérica e/ou posicional. 			
Basquetebol 16 tempos	14%				

		<ul style="list-style-type: none"> • Explora situações de 3x2, 2x1 e 1x1 conjugando as suas acções com a dos companheiros para uma finalização rápida, optando por passe ou drible consoante a posição das defesas e companheiros utilizando a técnica de lançamento mais adequada à situação. • Ao entrar na posse de bola, enquadra-se ofensivamente numa atitude de tripla ameaça: desenquadra o seu adversário directo (um contra um), para finalizar, penetrar em drible ou passar. • Após passe que aproxime a bola do cesto, corta para o cesto para abrir linha de passe que lhe permita finalizar, ocupando de seguida um espaço aclarado, se não recebe a bola durante o seu movimento. • Sem posse de bola, conforme a posição dos companheiros e dos defesas, desmarca-se procurando abrir linhas de passe. • Participa ativamente no ressalto ofensivo, sempre que há lançamento, procurando recuperar a bola. Se recupera a bola, lança novamente se tem condição favorável, ou passa a um companheiro desmarcado para finalizar ou dar continuidade às acções ofensivas. • Ao lançamento da equipa adversária, coloca-se entre o adversário directo e o cesto para participar com vantagem (em antecipação) no ressalto defensivo, dificultando e, se possível, impedindo a participação do adversário no ressalto (bloqueio defensivo). <p>Coopera com os companheiros, incentiva e apoia a sua participação, apresentando sugestões de aperfeiçoamento, e considerando, por seu lado, as propostas que lhe são dirigidas.</p>			
<p>(Desporto individual – E)</p> <p>Badminton</p> <p>12 tempos</p>	<p>14%</p>	<p>Realizar com correção técnica:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Serviço • Lob • Clear • Amorti • Drive • Remate <p>Jogo 1x1</p> <p>Jogo 2x2</p>			

		<p>Em situação de jogo de singulares: desloca-se e posiciona-se corretamente para devolver o volante, utilizando diferentes tipos de batimentos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Serviço curto e comprido, tanto para o lado esquerdo como para o direito, colocando corretamente os apoios e dando continuidade ao movimento do braço após o batimento. • Em <i>clear</i>, batendo o volante num movimento contínuo, por cima da cabeça e à frente do corpo, com rotação do tronco. • Em <i>lob</i>, batendo o volante num movimento contínuo, avançando a perna do lado da raquete, utilizando em conformidade os diferentes tipos de pegas de raqueta (de esquerda ou de direita). • Em <i>amorti</i> (à direita e à esquerda), controlando a força do batimento de forma a colocar o volante junto à rede. • Em <i>drive</i> (à direita e à esquerda), executando o batimento à frente do corpo, com a “cabeça” da raqueta paralela à rede e imprimindo ao volante uma trajetória tensa. • Em situação de exercício, remata na sequência do serviço alto do companheiro, batendo o volante acima da cabeça e à frente do corpo com rotação do tronco, após armar o braço atrás, imprimindo-lhe uma trajetória descendente e rápida. • Em situação de jogo de singulares e a pares, age com intencionalidade, no sentido de alcançar ponto imediato ou alcançar vantagem. • Desloca-se com rapidez e oportunidade, recuperando rapidamente a posição-base após o batimento e em condições de prosseguir o jogo com êxito. <p>Coopera com os companheiros, incentiva e apoia a sua participação, apresentando sugestões de aperfeiçoamento, e considerando, por seu lado, as propostas que lhe são dirigidas</p>			
<p>(Desporto coletivo – A)</p> <p>Voleibol</p> <p>16 tempos</p>	14%	<p>Realizar com correção técnica:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Passe • Manchete • Serviço • Remate em suspensão/Bloco • <i>Amorti</i> <p>Jogo 3x3 e 4x4</p>			



Agrupamento de Escolas de Pedrouços

Escola Básica e Secundária de Pedrouços

Ano Letivo 2020/2021

Disciplina: Educação Física

Ano de Escolaridade: 11.º Ano

		<p>Em situação de jogo 3x3 e 4x4:</p> <ul style="list-style-type: none">• Serve por baixo ou por cima, colocando a bola no campo oposto em condições de difícil receção.• Avisa os companheiros e posiciona-se para receber o serviço, enviando a bola para o passador de modo que este possa escolher e realizar a acção que garanta ofensividade à sua equipa.• Como passador, posiciona-se correta e oportunamente para passar a bola a um companheiro à sua escolha e de modo a facilitar-lhe a finalização, ou finalizar em remate, passe colocado ou <i>amorti</i>, se tem condições vantajosas (surpresa ou desequilíbrio da outra equipa).• Quando a bola lhe é dirigida em condições favoráveis à finalização, remata, faz amorti ou passa colocado, de acordo com o posicionamento da outra equipa e a trajectória da bola, colocando a bola num espaço vazio.• Ao ataque da equipa adversária (em remate), participa na execução do bloco, coordenando o tempo do salto com o tempo de remate do adversário, procurando impedir que a bola transponha a rede. <p>Coopera com os companheiros, incentiva e apoia a sua participação, apresentando sugestões de aperfeiçoamento, e considerando, por seu lado, as propostas que lhe são dirigidas.</p>			
--	--	--	--	--	--

Critérios de Avaliação Gerais (CGA)

Domínios	Fator de ponderação	Critérios de Sucesso	Descritores do Perfil dos Alunos	Instrumentos de avaliação (regime presencial)	Instrumentos de avaliação (regime a distância)
Responsabilidade	6%	<ul style="list-style-type: none"> – é assíduo e pontual; – atua de acordo com normas e regras estabelecidas no espaço de aula; – traz o material; – organiza o caderno diário/portefólio; – realiza os trabalhos indicados pelo professor. 	Responsável/ autónomo (C, D, E, F, I)	Relatórios Trabalhos Escritos Testes práticos Apresentação Oral com registo em grelhas e listas de verificação	Relatórios Trabalhos Escritos Testes práticos Apresentação Oral com registo em grelhas e listas de verificação
Autonomia	6%	<ul style="list-style-type: none"> – identifica as suas necessidades e procura ajuda; – coloca dúvidas e/ou pede sugestões; – é capaz de se autoavaliar e de assumir compromissos; – manifesta disponibilidade para o autoaperfeiçoamento. 	Responsável/ autónomo (C, D, E, F, I) Cuidador de si e do outro (B, E, F, G) Autoavaliador	Portefólios Individuais Grelhas de auto e heteroavaliação	Portefólios Individuais Grelhas de auto e heteroavaliação
Relação interpessoal	6%	<ul style="list-style-type: none"> – revela respeito pelo outro e pelas diferenças; – resolve conflitos de forma pacífica; – interage com tolerância e empatia; – interage positiva e construtivamente com colegas e docentes, em situações diversas. 	Respeitador da diferença/ do outro (A, B, D, E, F, H) Cuidador de si e do outro (B, E, F, G)		
Cooperação/ Participação	6%	<ul style="list-style-type: none"> – envolve-se na dinâmica da sala de aula, cumprindo o que é solicitado; – participa nas tarefas ativamente; – colabora com os outros, apoiando-os nas tarefas. 	Participativo/ colaborador (A, B, C, D, E, F, H, I)		
Comunicação	6%	<ul style="list-style-type: none"> – responde assertivamente; – toma a iniciativa de introduzir uma ideia/ assunto; – comunica respeitando as regras de conduta próprias de cada contexto. 	Comunicador (A, B, D, H)		



Agrupamento de Escolas de Pedrouços

Escola Básica e Secundária de Pedrouços

Ano Letivo 2020/2021

Disciplina: Educação Física

Ano de Escolaridade: 11.º Ano

Descritores de Desempenho (CEA+CGA)

QUALITATIVOS	QUANTITATIVOS	DESCRITORES
Muito Bom	18-20	Mobiliza de forma sistemática e consistente capacidades, conhecimentos e atitudes, correspondendo, com raras exceções, a todos os indicadores de avaliação da disciplina.
Bom	14-17	Mobiliza de forma consistente capacidades, conhecimentos e atitudes, correspondendo com adequação aos indicadores de avaliação da disciplina.
Suficiente	10-13	Mobiliza de forma regular capacidades, conhecimentos e atitudes, ainda que apresente algumas lacunas ao nível dos indicadores de avaliação da disciplina.
Insuficiente	6-9	Não mobiliza de forma regular capacidades, conhecimentos e atitudes apresentando bastantes lacunas ao nível dos indicadores de avaliação da disciplina.
Fraco	0-5	Não mobiliza de forma sistemática capacidades, conhecimentos e atitudes, apresentando graves lacunas em todos os indicadores de avaliação da disciplina.