

## CRITÉRIOS ESPECÍFICOS DE AVALIAÇÃO DE EDUCAÇÃO FÍSICA (Decreto-Lei n.º 55/2018, de 6 de julho)

### 8º Ano de Escolaridade

DOMÍNIOS	DESCRITORES DO DESEMPENHO	FATOR DE PONDERAÇÃO	INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO
ATIVIDADE FÍSICA	<p>Desenvolver as competências essenciais, de <b>nível introdução em 6 matérias</b>, de diferentes subáreas: Jogos Desportivos Coletivos, Ginástica, Atletismo, Atividades Rítmicas Expressivas, Patinagem, Raquetes e Outras.</p> <p><b>-SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (uma matéria)</b></p> <p>- Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo, nos JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (Basquetebol, Futebol, Andebol, Voleibol), 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><b>-SUBÁREA GINÁSTICA (uma matéria)</b></p> <p>-Compor, realizar e analisar da GINÁSTICA (Solo, Aparelhos, Rítmica), 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><b>-SUBÁREAS ATLETISMO, ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS e OUTRAS (quatro matérias)</b></p> <p>-Realizar e analisar do <b>ATLETISMO, saltos, corridas, lançamentos e marcha</b>, cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento, não só como praticante, mas também como juiz.</p> <p>- <b>Patinar</b> adequadamente em combinações de deslocamentos e paragens, com equilíbrio e segurança, realizando as ações técnico-táticas elementares em jogo e as ações de composições rítmicas «individuais» e «a pares».</p> <p>- Nas <b>ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais)</b>, apreciar, compor e realizar, nas sequências de elementos técnicos elementares, em coreografias individuais e ou em grupo, aplicando os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições.</p> <p>- <b>OUTRAS</b> - Realizar com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares, nos <b>JOGOS DE RAQUETES (Badminton, Ténis e Ténis de Mesa)</b>, 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 com oportunidade e correção as ações do domínio de oposição em <b>ATIVIDADE DE COMBATE (Luta)</b>, utilizando as técnicas elementares de projeção e controlo, com segurança (própria e do opositor) e aplicando as regras, quer como executante quer como árbitro.</p> <p>- Realizar <b>PERCURSOS (Orientação)</b> elementares, utilizando técnicas de orientação e respeitando as regras de organização, participação, e de preservação da qualidade do ambiente.</p> <p>- Deslocar-se com segurança no <b>MEIO AQUÁTICO (Natação)</b>, coordenando a respiração com as ações propulsivas específicas das técnicas selecionadas.</p> <p>- Participar ativamente e cooperar nas situações de aprendizagem/organização, escolhendo as ações favoráveis ao êxito, segurança e bom clima relacional, na atividade da turma.</p>	60 %	<p>- Observação contínua;</p> <p>- Registos de observação direta.</p>

<b>CONHECIMENTOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras.</li> <li>-Identificar e interpretar os valores olímpicos e paralímpicos, compreendendo a sua importância para a construção de uma sociedade moderna inclusiva.</li> <li>- Conhecer as técnicas/táticas e as regras das atividades desportivas, utilizando a terminologia correta.</li> </ul>	<b>15 %</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Testes escritos;</li> <li>- Trabalhos individuais ou de grupo;</li> <li>- Questionamento oral.</li> </ul>
<b>APTIDÃO FÍSICA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Desenvolver capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa <i>FITescola</i>, para a sua idade e sexo.</li> <li>- Procurar elevar os seus níveis de aptidão física.</li> </ul>	<b>10 %</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Registo do nível de aptidão física.</li> </ul>
<b>ATITUDES / COMPORTAMENTOS</b>	<p><b>Sentido de responsabilidade</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- O aluno é pontual e apresenta-se devidamente equipado para a realização da aula.</li> </ul> <p><b>Comportamento</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- O aluno revela um comportamento adequado para a aula, cumprindo com as regras estabelecidas, e participa com empenho nas tarefas.</li> </ul> <p><b>Assiduidade</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- O aluno é assíduo.</li> </ul> <p><b>Espírito de cooperação</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- O aluno realiza as tarefas propostas em cooperação com os colegas e professor com vista à obtenção do sucesso individual e coletivo.</li> </ul>	<b>15 %</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Registos de observação direta.</li> </ul>

	Atividades Físicas	Aptidão Física	Conhecimento
1 → 0 – 19%	≤3I	1ZSAF	Não cumpre os itens da área
2 → 20 – 49 %	5I	2ZSAF	
3 → 50 – 69 %	6I	3ZSAF	O aluno demonstra conhecimentos definidos para o 8º ano
4 → 70 - 89 %	5I + 1E	4ZSAF	
5 → 90 – 100%	4I + 2E	5ZSAF	

I – Modalidades no Nível Introdutório  
E - Modalidades no Nível Elementar  
ZSAF – Zona Saudável de Aptidão Física

## ALUNOS COM ATESTADO MÉDICO

DOMÍNIOS	DESCRITORES DO DESEMPENHO	FATOR DE PONDERAÇÃO	INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO
ATIVIDADE FÍSICA	<p>-Desenvolver as competências essenciais, de <b>nível introdução em 6 matérias</b>, de diferentes subáreas: Jogos Desportivos Coletivos, Ginástica, Atletismo, Atividades Rítmicas Expressivas, Raquetes e Outras.</p> <p><b>-SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (uma matéria)</b></p> <p>- Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo, nos JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (Basquetebol, Futebol, Andebol, Voleibol), aplicando as regras, como árbitro.</p> <p><b>-SUBÁREA GINÁSTICA (uma matéria)</b></p> <p>- Analisar da <b>GINÁSTICA (Solo, Aparelhos, Rítmica)</b>, 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><b>-SUBÁREAS ATLETISMO, ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS e OUTRAS (quatro matérias)</b></p> <p>- Analisar do <b>ATLETISMO, saltos, corridas, lançamentos e marcha</b>, cumprindo corretamente as exigências elementares do regulamento, como juiz.</p> <p>- Analisar da <b>Patinagem</b>, as combinações de deslocamentos e paragens, e as ações de composições rítmicas «individuais» e «a pares».</p> <p>- Apreciar, nas <b>ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais)</b>, sequências de elementos técnicos elementares, em coreografias individuais e ou em grupo.</p> <p><b>- OUTRAS</b></p> <p>- Nos <b>JOGOS DE RAQUETES (Badminton, Ténis e Ténis de Mesa)</b>, aplicar as regras como árbitro.</p> <p>- Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo em <b>ATIVIDADE DE COMBATE (Luta)</b>, aplicando as regras, como árbitro.</p> <p>- Realizar <b>PERCURSOS (Orientação)</b> elementares, utilizando técnicas de orientação e respeitando as regras de organização, participação, e de preservação da qualidade do ambiente.</p> <p>- Analisar da <b>Natação</b>, as destrezas específicas das técnicas selecionadas.</p> <p>- Participar ativamente nas tarefas de organização e apoio da aula e cooperar nas situações de aprendizagem/organização, escolhendo as ações favoráveis ao êxito, segurança e bom clima relacional, na atividade da turma.</p>	60 %	<p>- Testes escritos;</p> <p>- Trabalhos individuais ou de grupo;</p> <p>- Questionamento oral;</p> <p>- Tarefas de apoio à aula;</p> <p>- Arbitragens.</p>
CONHECIMENTOS	<p>-Relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras.</p> <p>-Identificar e interpretar os valores olímpicos e paralímpicos, compreendendo a sua importância para a construção de uma sociedade moderna inclusiva.</p> <p>- Conhecer as técnicas/táticas e as regras das atividades desportivas, utilizando a terminologia correta.</p>	25 %	<p>- Testes escritos;</p> <p>- Trabalhos individuais ou de grupo;</p> <p>- Questionamento oral.</p>

ATITUDES / COMPORTAMENTOS	<b>Sentido de responsabilidade</b> - O aluno é pontual e apresenta-se devidamente equipado para a realização da aula.	15 %	Registos de observação direta.
	<b>Comportamento</b> - O aluno revela um comportamento adequado para a aula, cumprindo com as regras estabelecidas, e participa com empenho nas tarefas.		
	<b>Assiduidade</b> - O aluno é assíduo.		
	<b>Espírito de cooperação</b> - O aluno realiza as tarefas propostas em cooperação com os colegas e professor com vista á obtenção do sucesso individual e coletivo.		