

Domínios	Ponderação	Áreas de Competências	Descritores de Desempenho	Instrumentos
CONHECIMENTOS E CAPACIDADES	70%	Perícias e manipulação	<p>Muito Bom: Revela muito boa capacidade para cooperar com os colegas no sentido de procurar as ações favoráveis ao cumprimento de regras e do objetivo do jogo, para tratar os colegas de equipa e os adversários com igual cordialidade e respeito e para participar com empenho no aperfeiçoamento da sua habilidade nos diversos tipos de atividades.</p> <p>Bom: Revela uma boa capacidade para cooperar com os colegas no sentido de procurar as ações favoráveis ao cumprimento de regras e do objetivo do jogo, para tratar os colegas de equipa e os adversários com igual cordialidade e respeito e para participar com empenho no aperfeiçoamento da sua habilidade nos diversos tipos de atividades.</p> <p>Suficiente: Revela uma capacidade suficiente para cooperar com os colegas no sentido de procurar as ações favoráveis ao cumprimento de regras e do objetivo do jogo, para tratar os colegas de equipa e os adversários com igual cordialidade e respeito e para participar com empenho no aperfeiçoamento da sua habilidade nos diversos tipos de atividades.</p> <p>Insuficiente: Revela uma capacidade insuficiente para cooperar com os colegas no sentido de procurar as ações favoráveis ao cumprimento de regras e do objetivo do jogo, para tratar os colegas de equipa e os adversários com igual cordialidade e respeito e para participar com empenho no aperfeiçoamento da sua habilidade nos diversos tipos de atividades.</p>	<p>Questionários; Escalas de classificação; Listas de verificação; Grelhas de avaliação; Grelhas de observação; Grelhas de auto e heteroavaliação; Trabalhos de grupo, a pares ou individuais; Apresentações orais; Trabalhos de pesquisa; Trabalho de projeto; Portefólio.</p>
		Deslocamentos e equilíbrios Ginástica		
		Jogos		
ATITUDES		Relaciona- mento interpers- soal	Cooperação e ajuda (colegas/professor na realização das atividades)	<p>Muito Bom: Coopera e ajuda os colegas e o professor na realização das atividades.</p> <p>Bom: Coopera e/ou ajuda os colegas e o professor na realização das atividades.</p>

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
1º Ano

	30%		<p>Suficiente: Coopera e ajuda os colegas e o professor na realização de algumas atividades.</p> <p>Insuficiente: Não coopera e/ou não ajuda os colegas e o professor na realização das atividades.</p>
		Intervenção adequada	<p>Muito Bom: Intervém adequadamente de forma regular e espontânea</p> <p>Bom: Intervém adequadamente de forma regular.</p> <p>Suficiente: Intervém adequadamente, esporadicamente ou quando solicitado.</p> <p>Insuficiente: Não intervém ou não intervém adequadamente.</p>
		Respeito pelas regras de funcionamento da sala de aula e fora da sala de aula	<p>Muito Bom: Respeita na sua totalidade as regras de funcionamento da sala de aula fora da sala de aula.</p> <p>Bom: Respeita as regras de funcionamento da sala de aula fora da sala de aula.</p> <p>Suficiente: Respeita a maior parte das regras de funcionamento da sala de aula fora da sala de aula.</p> <p>Insuficiente: Não respeita as regras de funcionamento da sala de aula fora da sala de aula.</p>
	Desenvolvimento pessoal e autonomia:	Autonomia (Autodisciplina-se/ Ultrapassa as suas dificuldades)	<p>Muito Bom: É autónomo e muito empenhado.</p> <p>Bom: É autónomo e empenhado.</p> <p>Suficiente: É pouco autónomo e empenhado.</p> <p>Insuficiente: Não é autónomo e/ou empenhado.</p>
		Realização das atividades propostas	<p>Muito Bom: Realiza todas as atividades propostas.</p> <p>Bom: Realiza a maioria das atividades propostas.</p> <p>Suficiente: Realiza algumas das atividades propostas.</p> <p>Insuficiente: Realiza poucas ou nenhuma das atividades propostas.</p>

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO DE EDUCAÇÃO FÍSICA 1º Ano

Observações:

Nota do 1.º semestre = 100%

Nota do 2.º semestre = $[(100\% \text{ 1.ºS}) + (100\% \text{ 2.ºS})] : 2$

As notas dos 1ºS e 2ºS são resultado da nota atribuída à aquisição, compreensão, aplicação de conhecimentos e dimensão comportamental, com base nos elementos de avaliação obtidos em cada um dos semestres.

Insuficiente	Suficiente	Bom	Muito Bom
0% a 49%	50% a 69%	70% a 89%	90% a 100%

Feijó, 9 de setembro de 2022

A Coordenadora de Departamento: Ana Sofia Martins