



EF 3º Ciclo / 8º ano	Critérios de avaliação		
Temas/Domínios	Critérios	Descritores de desempenho	Processos de recolha de informação
ATIVIDADES FÍSICAS Jogos Desportivos Coletivos Ginástica Atletismo Raquetes Outros APTIDÃO FÍSICA Resistência Força Velocidade Flexibilidade CONHECIMENTOS	Utilização de linguagem e símbolos associados à disciplina	<ul style="list-style-type: none">. Domina e interpreta códigos relativos à linguagem específica da disciplina.. Utiliza linguagens verbais e não-verbais para significar e comunicar, recorrendo a gestos, sons, palavras, números e imagens.. Sabe questionar uma situação.	<ul style="list-style-type: none">• Testes• Observações diretas (formais e informais)• Formulação de questões• Produção de Relatórios• Apresentações• Debates• Trabalho individual• Resolução de problemas• Utilização de Equipamentos• Trabalho de Grupo/Pares• Desempenho num jogo coletivo• Listas / grelhas de verificação• Autoavaliação e heteroavaliação dos alunos
	Utilização de estratégias diversificadas para obter informação e comunicar	<ul style="list-style-type: none">. Pesquisa sobre matérias escolares e temas do seu interesse.. Descreve, explica e justifica as suas ideias, procedimentos e raciocínios.. É capaz de argumentar.. Adquire e articula, com rigor, conhecimento, informação e outros saberes para participar de forma adequada e resolver problemas em contextos diferenciados.. Seleciona informação pertinente que permita analisar e interpretar atividades físicas, utilizando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva, etc.. Executa tarefas associadas à compreensão e mobilização dos conhecimentos.. Estabelece relações intra e interdisciplinares.	
	Procura de respostas para novas situações analisando a informação e aplicando-a em contextos específicos	<ul style="list-style-type: none">. Define e executa estratégias adequadas para responder às questões colocadas.. Analisa criticamente as conclusões a que chega, reformulando, se necessário, as estratégias adotadas.. Trabalha com recurso a materiais e conhecimentos técnicos, científicos e socioculturais.	



AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE MARTIM DE FREITAS

Ano letivo 2020/2021

		<ul style="list-style-type: none">. Relaciona Aptidão Física e Saúde e identifica os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras.. Identifica e interpreta os valores olímpicos e paralímpicos, compreendendo a sua importância para a construção de uma sociedade moderna e inclusiva.. Identifica as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação (geral), de acordo com as características do esforço realizado;. Conhece o objetivo de cada modalidade / matéria, as suas habilidades básicas e ações técnico táticas fundamentais;. Conhece os aspetos regulamentares mais importantes das diferentes modalidades / matérias.. Aplica com correção e assertividade as ações técnicas e/ou táticas de acordo com a situação em que se encontra.	
	Desenvolvimento da sensibilidade estética e artística e consciência e domínio do corpo	<ul style="list-style-type: none">. Desenvolve ideias criativas e com sentido no contexto a que dizem respeito.. Recorre à imaginação, desenvoltura e flexibilidade.. Revela sentido estético e valoriza diferentes manifestações culturais.. Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo, nos JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (Andebol, Basquetebol, Futsal, 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.. Compõe, realiza e analisa da GINÁSTICA (Solo, Aparelhos), as destrezas elementares de acrobacias, 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.	



AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE MARTIM DE FREITAS

Ano letivo 2020/2021

		<ul style="list-style-type: none">. Realiza e analisa, do ATLETISMO, saltos (comprimento) e corridas (resistência, velocidade, estafetas), cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento, não só como praticante, mas também como juiz.. Realiza com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares, nos JOGOS DE RAQUETES (Badminton, Ténis) garantindo a iniciativa e ofensividade em participações «individuais» e «a pares», aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro.. Desenvolve capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de APTIDÃO FÍSICA do programa Fitescola®, para a sua idade e sexo.. Elabora sequências de habilidades.. Elabora coreografias.. Resolve problemas em situações de jogo.. Explora materiais.. Explora o espaço, ritmos, música, relações interpessoais, etc.. Cria um objeto, texto ou solução, face a um desafio.. Analisa textos ou outros suportes com diferentes pontos de vista, concebendo e sustentando um ponto de vista próprio.. Cria soluções estéticas criativas e pessoais.	
	Adequação de comportamentos a contextos diversificados	<ul style="list-style-type: none">. Cooperar com os companheiros na procura do êxito pessoal e do grupo, promovendo um clima relacional favorável ao aperfeiçoamento pessoal e gosto proporcionado pelas atividades.. Aplica as regras de participação, combinadas na turma.. Age com cordialidade e respeito na relação com os colegas e com o professor.. Conhece, respeita e aplica as regras organizativas e de segurança pessoal e dos companheiros.. Cumpre e faz cumprir regras de arbitragem.. Apresenta iniciativas e propostas.	



AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE MARTIM DE FREITAS

Ano letivo 2020/2021

		<ul style="list-style-type: none">. É autónomo na realização das tarefas individuais ou em grupo / pares, revelando espírito crítico.. Coopera na preparação e organização dos materiais.. Aceita opções, falhas e erros dos companheiros.. Aceita o apoio dos companheiros nos esforços de aperfeiçoamento próprio.. Aceita ou argumenta pontos de vista diferentes.. Promove estratégias que induzam respeito por diferenças de características, crenças ou opiniões.. Conhece e aplica cuidados de higiene.. Conhece e aplica regras de preservação dos recursos materiais e do ambiente.. Reforça o gosto pela prática regular de atividade física.. Aplica processos de elevação do nível funcional da aptidão física.	
	Análise do seu conhecimento identificando pontos fortes e fragilidades	<ul style="list-style-type: none">. É confiante, resiliente e persistente, construindo caminhos personalizados de aprendizagem.. É capaz de expressar as suas necessidades e de procurar as ajudas e apoios mais eficazes para alcançar os seus objetivos.. Manifesta consciência e responsabilidade ambiental e social.. Aprecia os seus desempenhos e os dos outros, dando e aceitando sugestões de melhoria. Identifica aspetos críticos que permitam a melhoria do seu desempenho.. Identifica pontos fracos e fortes das suas aprendizagens. Utiliza os dados da sua autoavaliação para se envolver na aprendizagem.. Interpreta e explica as suas opções.. Descreve processos de pensamento e ação, usados durante a realização de uma tarefa ou abordagem de um problema.	