

## DEPARTAMENTO DE EXPRESSÕES

### GRUPO 620 – EDUCAÇÃO FÍSICA

### PONDERAÇÕES E RUBRICAS

PONDERAÇÕES POR DOMÍNIO

DEPARTAMENTO: EXPRESSÕES

DISCIPLINA: Educação Física (3.º Ciclo e Secundário)

DOMÍNIOS/PONDERAÇÕES	PROCESSOS DE RECOLHA DE INFORMAÇÃO	CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO	ÁREAS DE COMPETÊNCIAS DO PASEO
<b>Atividades Físicas</b> 75%	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Rubrica:</b> Exercício Critério e Provas Individuais</li> <li>• <b>Rubrica:</b> Situação de Jogo</li> <li>• <b>Rubrica:</b> Coreografia</li> </ul>	Cooperação	Relacionamento interpessoal
		Desempenho	Consciência e domínio do corpo; Bem-estar, saúde e ambiente
<b>Aptidão Física</b> 15%	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Rubrica:</b> Exercício Critério e Provas Individuais</li> </ul>	Cooperação	Relacionamento-interpessoal
		Desempenho	Consciência e domínio do corpo; Bem-estar, saúde e ambiente
<b>Conhecimentos</b> 10%	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Rubrica:</b> Trabalho de Pesquisa</li> <li>• Teste</li> </ul>	Rigor	Saber científico, técnico e tecnológico
		Compreensão	Raciocínio e resolução de problemas

RUBRICA – Exercício critério e provas individuais  
3º ciclo e Ensino Secundário

DESCRITORES E NÍVEIS DE DESEMPENHO

CRITÉRIOS

5 / (18 a 20)

4 / (14 a 17)

3 / (10 a 13)

2 / (7 a 9)

1 / (0 a 6)

COOPERAÇÃO

O aluno cumpre plenamente todos os descritores abaixo:  
\*Contribui para a concretização de tarefas comuns;  
\*Coopera com os companheiros promovendo a entreaajuda;  
\*Colabora e relaciona-se com cordialidade e respeito pelos seus companheiros;  
\*Cumprer as regras de segurança e coopera na preparação, preservação e arrumação do material.

O aluno cumpre plenamente apenas 3 dos seguintes descritores:  
\*Contribui para a concretização de tarefas comuns;  
\*Coopera com os companheiros promovendo a entreaajuda;  
\*Colabora e relaciona-se com cordialidade e respeito pelos seus companheiros;  
\*Cumprer as regras de segurança e coopera na preparação, preservação e arrumação do material.

O aluno cumpre plenamente apenas 2 dos seguintes descritores:  
\*Contribui para a concretização de tarefas comuns;  
\*Coopera com os companheiros promovendo a entreaajuda;  
\*Colabora e relaciona-se com cordialidade e respeito pelos seus companheiros;  
\*Cumprer as regras de segurança e coopera na preparação, preservação e arrumação do material.

O aluno cumpre plenamente apenas 1 dos seguintes descritores:  
\*Contribui para a concretização de tarefas comuns;  
\*Coopera com os companheiros promovendo a entreaajuda;  
\*Colabora e relaciona-se com cordialidade e respeito pelos seus companheiros;  
\*Cumprer as regras de segurança e coopera na preparação, preservação e arrumação do material.

O aluno não cumpre nenhum dos seguintes descritores:  
\*Contribui para a concretização de tarefas comuns;  
\*Coopera com os companheiros promovendo a entreaajuda;  
\*Colabora e relaciona-se com cordialidade e respeito pelos seus companheiros;  
\*Cumprer as regras de segurança e coopera na preparação, preservação e arrumação do material.

DESEMPENHO

\* No âmbito das AFD revela um **EXCELENTE domínio** das ações técnicas, percursos ou provas individuais solicitadas;  
\* As matérias avaliadas situam-se, em termos médios, no nível **“Parte do elementar e Elementar”** (Básico) e **“Elementar”** (Secundário).

\*No âmbito da APTIDÃO FÍSICA apresenta até 7 indicadores na zona saudável;  
\* Participa de forma adequada e empenhada nas atividades propostas.

\* No âmbito das AFD revela um **BOM domínio** das ações técnicas, percursos ou provas individuais solicitadas;  
\* As matérias avaliadas situam-se, em termos médios, no nível **“Parte do elementar”** (Básico) e **Parte de Elementar e Elementar”** (Secundário).

\*No âmbito da APTIDÃO FÍSICA apresenta até 6 indicadores na zona saudável;  
\* Participa de forma adequada e empenhada nas atividades propostas.

\* No âmbito das AFD revela um **RAZOÁVEL domínio** das ações técnicas, percursos ou provas individuais solicitadas;  
\* As matérias avaliadas, situam-se no nível:  
**“Introdutório”** (7.º e 8.º);  
**“Introdutório + 1 Elementar”** (9.º e 10.º) **“Introdutório + 2 ou 3 Elementares”** (11.º e 12.º).

\*No âmbito da APTIDÃO FÍSICA apresenta até 4 indicadores na zona saudável  
\* Por vezes não participa de forma adequada e empenhada nas atividades propostas.

\* No âmbito das AFD revela **ALGUM domínio** das ações técnicas, percursos ou provas individuais solicitadas;  
\* Situa-se, em termos médios, no nível **“parte do introdutório”** e as restantes não ultrapassam **“Introdutório”**.

\*No âmbito da APTIDÃO FÍSICA apresenta até 2 indicadores na zona saudável;  
\* Por vezes não participa de forma adequada e empenhada nas atividades propostas.

\* No âmbito das AFD revela um **FRACO domínio** das ações técnicas, percursos ou provas individuais solicitadas;  
\* Situa-se, em termos médios, no nível **“não introdutório”** e as restantes não ultrapassam **“Parte do Introdutório”**.

\*No âmbito da APTIDÃO FÍSICA não apresenta nenhum indicador na zona saudável;  
\* Raramente participa de forma adequada e empenhada nas atividades propostas.

RUBRICA – Situação de Jogo  
3º ciclo e Ensino Secundário

DESCRITORES E NÍVEIS DE DESEMPENHO

CRITÉRIOS

5 / (18 a 20)

4 / (14 a 17)

3 / (10 a 13)

2 / (7 a 9)

1 / (0 a 6)

COOPERAÇÃO

O aluno cumpre plenamente todos os descritores abaixo:  
\*Contribui para a concretização de tarefas comuns;  
\*Coopera com os companheiros promovendo a entreaajuda;  
\*Colabora e relaciona-se com cordialidade e respeito pelos seus companheiros;  
\*Cumprer as regras de segurança e coopera na preparação, preservação e arrumação do material.

O aluno cumpre plenamente apenas 3 dos seguintes descritores:  
\*Contribui para a concretização de tarefas comuns;  
\*Coopera com os companheiros promovendo a entreaajuda;  
\*Colabora e relaciona-se com cordialidade e respeito pelos seus companheiros;  
\*Cumprer as regras de segurança e coopera na preparação, preservação e arrumação do material.

O aluno cumpre plenamente apenas 2 dos seguintes descritores:  
\*Contribui para a concretização de tarefas comuns;  
\*Coopera com os companheiros promovendo a entreaajuda;  
\*Colabora e relaciona-se com cordialidade e respeito pelos seus companheiros;  
\*Cumprer as regras de segurança e coopera na preparação, preservação e arrumação do material.

O aluno cumpre plenamente apenas 1 dos seguintes descritores:  
\*Contribui para a concretização de tarefas comuns;  
\*Coopera com os companheiros promovendo a entreaajuda;  
\*Colabora e relaciona-se com cordialidade e respeito pelos seus companheiros;  
\*Cumprer as regras de segurança e coopera na preparação, preservação e arrumação do material.

O aluno não cumpre nenhum dos seguintes descritores:  
\*Contribui para a concretização de tarefas comuns;  
\*Coopera com os companheiros promovendo a entreaajuda;  
\*Colabora e relaciona-se com cordialidade e respeito pelos seus companheiros;  
\*Cumprer as regras de segurança e coopera na preparação, preservação e arrumação do material.

DESEMPENHO

\* O aluno revela um **EXCELENTE domínio** das ações técnicas e táticas em cada fase do jogo (defesa e ataque) do respetivo jogo desportivo;  
\* As matérias avaliadas situam-se, em termos médios, no nível **“Parte do elementar e Elementar”** (Básico) e **“Elementar”** (Secundário).  
\* Conhece, aplica e cumpre corretamente as exigências do regulamento, como praticante e/ou juiz.

\* O aluno revela um **BOM domínio** das ações técnicas e táticas em cada fase do jogo (defesa e ataque) do respetivo jogo desportivo;  
\* As matérias avaliadas situam-se, em termos médios, no nível **“Parte do elementar”** (Básico) e **Parte de Elementar e Elementar”** (Secundário).  
\* Conhece, aplica e cumpre corretamente as exigências do regulamento, como praticante e/ou juiz.

\* O aluno revela um **RAZOÁVEL domínio** das ações técnicas e táticas em cada fase do jogo (defesa e ataque) do respetivo jogo desportivo;  
\* As matérias avaliadas, situam-se no nível:  
**“Introdutório”** (7.º e 8.º);  
**“Introdutório + 1 Elementar”** (9.º e 10.º) **“Introdutório + 2 ou 3 Elementares”** (11.º e 12.º).  
\* Conhece, aplica e cumpre corretamente as exigências do regulamento, como praticante e/ou juiz.

\* O aluno revela um **ALGUM domínio** das ações técnicas e táticas em cada fase do jogo (defesa e ataque) do respetivo jogo desportivo;  
\* As matérias avaliadas situam-se, em termos médios, no nível **“parte do introdutório”** e as restantes não ultrapassam **“Introdutório”**.  
\* Conhece, aplica e cumpre corretamente as exigências do regulamento, como praticante e/ou juiz.

\* O aluno revela um **FRACO domínio** das ações técnicas e táticas em cada fase do jogo (defesa e ataque) do respetivo jogo desportivo;  
\* As matérias avaliadas situam-se, em termos médios, no nível **“não introdutório”** e as restantes não ultrapassam **“Parte do Introdutório”**.  
\* Conhece, aplica e cumpre corretamente as exigências do regulamento, como praticante e/ou juiz.

RUBRICA – Coreografia / Esquema gímnico  
3º ciclo e Ensino Secundário

DESCRITORES E NÍVEIS DE DESEMPENHO

CRITÉRIOS

5 / (18 a 20)

4 / (14 a 17)

3 / (10 a 13)

2 / (7 a 9)

1 / (0 a 6)

COOPERAÇÃO

O aluno cumpre plenamente todos os descritores abaixo:  
\*Contribui para a concretização de tarefas comuns;  
\*Coopera com os companheiros promovendo a entreaajuda;  
\*Colabora e relaciona-se com cordialidade e respeito pelos seus companheiros;  
\*Cumprer as regras de segurança e coopera na preparação, preservação e arrumação do material.

O aluno cumpre plenamente apenas 3 dos seguintes descritores:  
\*Contribui para a concretização de tarefas comuns;  
\*Coopera com os companheiros promovendo a entreaajuda;  
\*Colabora e relaciona-se com cordialidade e respeito pelos seus companheiros;  
\*Cumprer as regras de segurança e coopera na preparação, preservação e arrumação do material.

O aluno cumpre plenamente apenas 2 dos seguintes descritores:  
\*Contribui para a concretização de tarefas comuns;  
\*Coopera com os companheiros promovendo a entreaajuda;  
\*Colabora e relaciona-se com cordialidade e respeito pelos seus companheiros;  
\*Cumprer as regras de segurança e coopera na preparação, preservação e arrumação do material.

O aluno cumpre plenamente apenas 1 dos seguintes descritores:  
\*Contribui para a concretização de tarefas comuns;  
\*Coopera com os companheiros promovendo a entreaajuda;  
\*Colabora e relaciona-se com cordialidade e respeito pelos seus companheiros;  
\*Cumprer as regras de segurança e coopera na preparação, preservação e arrumação do material.

O aluno não cumpre nenhum dos seguintes descritores:  
\*Contribui para a concretização de tarefas comuns;  
\*Coopera com os companheiros promovendo a entreaajuda;  
\*Colabora e relaciona-se com cordialidade e respeito pelos seus companheiros;  
\*Cumprer as regras de segurança e coopera na preparação, preservação e arrumação do material.

DESEMPENHO

\* O aluno revela um **EXCELENTE domínio** das ações coreográficas/ esquemas gímnicos solicitados (coordenação, ritmo, fluidez, etc.);  
\* As matérias avaliadas situam-se, em termos médios, no nível **“Parte do elementar e Elementar”** (Básico) e **“Elementar”** (Secundário).  
\* Participa de forma adequada e empenhada nas atividades propostas.

\* O aluno revela um **BOM domínio** das ações coreográficas/ esquemas gímnicos solicitados (coordenação, ritmo, fluidez, etc.);  
\* As matérias avaliadas situam-se, em termos médios, no nível **“Parte do elementar”** (Básico) e **Parte de Elementar e Elementar”** (Secundário).  
\* Participa de forma adequada e empenhada nas atividades propostas.

\* O aluno revela um **RAZOÁVEL domínio** das ações coreográficas/ esquemas gímnicos solicitados (coordenação, ritmo, fluidez, etc.);  
\* As matérias avaliadas, situam-se no nível: **“Introdutório”** (7.º e 8.º); **“Introdutório + 1 Elementar”** (9.º e 10.º) **“Introdutório + 2 ou 3 Elementares”** (11.º e 12.º).  
\* Participa de forma adequada e empenhada nas atividades propostas.

\* O aluno revela um **ALGUM domínio** das ações coreográficas/ esquemas gímnicos solicitados (coordenação, ritmo, fluidez, etc.);  
\* Situa-se, em termos médios, no nível **“parte do introdutório”** e as restantes não ultrapassam **“Introdutório”**.  
\* Participa de forma adequada e empenhada nas atividades propostas.

\* O aluno revela um **FRACO domínio** das ações coreográficas/ esquemas gímnicos solicitados (coordenação, ritmo, fluidez, etc.);  
\* Situa-se, em termos médios, no nível **“não introdutório”** e as restantes não ultrapassam **“Parte do Introdutório”**.  
\* Participa de forma adequada e empenhada nas atividades propostas.

RUBRICA – Trabalho teórico / Pesquisa  
3º ciclo e Ensino Secundário

DESCRITORES E NÍVEIS DE DESEMPENHO

CRITÉRIOS

5 / (18 a 20)

4 / (14 a 17)

3 / (10 a 13)

2 / (7 a 9)

1 / (0 a 6)

RIGOR

\*O aluno cumpre plenamente as diferentes fases da realização do trabalho (estrutura, organização e desenvolvimento) de acordo com as ponderações estabelecidas no Projeto de Ed. Física;  
\* Utiliza de forma eficaz fontes de informação diversificadas;  
\* (Quando aplicável) Apresenta o trabalho de pesquisa de forma bastante clara e de acordo com as ponderações estabelecidas no Projeto de Ed. Física;

\*O aluno cumpre as diferentes fases da realização do trabalho (estrutura, organização e desenvolvimento) de acordo com as ponderações estabelecidas no Projeto de Ed. Física;  
\* Utiliza de fontes de informação diversificadas, embora nem sempre muito relevantes;  
\* (Quando aplicável) Apresenta o trabalho de pesquisa de forma clara e de acordo com as ponderações estabelecidas no Projeto de Ed. Física;

\*O aluno cumpre as diferentes fases da realização do trabalho (estrutura, organização e desenvolvimento) de acordo com as ponderações estabelecidas no Projeto de Ed. Física;  
\* Utiliza poucas fontes de informação e nem sempre muito relevantes;  
\* (Quando aplicável) Apresenta o trabalho de pesquisa nem sempre de forma clara e de acordo com as ponderações estabelecidas no Projeto de Ed. Física;

\*O aluno cumpre apenas algumas fases da realização do trabalho (estrutura, organização e desenvolvimento) de acordo com as ponderações estabelecidas no Projeto de Ed. Física;  
\* Utiliza poucas fontes de informação e nem sempre muito relevantes;  
\* (Quando aplicável) Apresenta o trabalho de pesquisa de forma confusa e pouco precisa;

\*O aluno não realiza o trabalho ou não respeita o tema proposto;  
\* O trabalho é demasiado curto ou muito incompleto;  
\* Limita-se a copiar a informação;  
\* (Quando aplicável) Apresenta o trabalho de pesquisa de forma confusa e muito pouco precisa;

COMPREENSÃO

\*O aluno compreende plenamente os conceitos e conteúdos dos temas propostos nas AE e no Projeto de EDF;  
\*Todas as informações são precisas e corretas. As informações incluem detalhes extensos e exemplos fortes que fornecem uma resposta clara à questão essencial.

\*O aluno compreende os conceitos e conteúdos dos temas propostos nas AE e no Projeto de EDF;  
\*O conhecimento do assunto é evidente. Detalhes extensos e exemplos relevantes são usados para responder às questões essenciais.

\*O aluno compreende os conceitos e conteúdos dos temas propostos nas AE e no Projeto de EDF;  
\*A informação é relevante, mas os detalhes e exemplos nem sempre abordam a questão essencial.

\*O aluno compreende vagamente os conceitos e conteúdos dos temas propostos nas AE e no Projeto de EDF;  
\*A informação é escassa e/ou pouco relevante, com poucos detalhes ou exemplos de apoio.

\*O aluno não compreende os conceitos e conteúdos dos temas propostos nas AE e no Projeto de EDF;  
\*As informações são confusas ou irrelevantes. Não responde às perguntas essenciais.