

Técnico/a de Informática – Instalação e Gestão de Redes
2020/2021
EDUCAÇÃO FÍSICA

CRITÉRIOS GERAIS DE AVALIAÇÃO / INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO

Critérios Gerais	Instrumentos de avaliação	Ensino Presencial/E@D	Ponderações (%)	
		Instrumentos e /ou aspetos observáveis	Presencial	E@D
<p>Conhecimentos, Capacidades e Aptidões</p> <ul style="list-style-type: none"> Analisar e interpretar a realização das atividades físicas selecionadas, aplicando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva – boa convivência e relações interpessoais de confronto/competição leal entre todos os alunos respeitando as normas do Espírito Desportivo. Reproduzir ou recriar padrões de movimento, identificando e interpretando a partir da informação prestada verbal ou visualmente, visando a adequação/ajustamento das suas ações ao contexto do modelo apresentado. Conhecer os processos fundamentais das adaptações morfológicas, funcionais e psicológicas, que lhe permitem compreender os diversos fatores da Aptidão Física. Conhecer os cuidados higiénicos básicos, bem como as regras de segurança pessoal e dos companheiros, e de preservação dos recursos materiais. Elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas gerais básicas, particularmente da resistência geral de longa duração; da força rápida; da velocidade de reação simples e complexa, de execução, de frequência de movimentos e de deslocamento; da 	<ul style="list-style-type: none"> Testes práticos; Fichas de avaliação/Trabalhos de pesquisa; 	<ul style="list-style-type: none"> Observação direta; Fichas de trabalho; Trabalhos; Observação direta; 	60	70

Técnico/a de Informática – Instalação e Gestão de Redes
2020/2021

<p><i>flexibilidade; da força resistente (esforços localizados) e das destrezas geral e direcionada.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Desenvolver os conhecimentos associados à resolução de problemas - pensamento estratégico, que lhe permita escolher a ação mais favorável ao êxito pessoal e do grupo nos Jogos Desportivos Coletivos.</i> 				
<p>Atitudes, comportamentos e valores</p>		<p>Instrumentos e /ou aspetos observáveis</p>	<p>Presencial</p>	<p>E@D</p>
<ul style="list-style-type: none"> • <i>É assíduo e pontual;</i> • <i>Participa com interesse e empenho nas tarefas/atividades propostas;</i> • <i>Revela responsabilidade e civismo na execução de tarefas e no cumprimento das regras estabelecidas constantes no Regulamento Interno;</i> • <i>Relaciona-se bem com os seus pares e com os adultos, coopera e colabora com os outros na realização das atividades e projetos comuns;</i> • <i>É autónomo na realização das atividades e aquisição de saberes.</i> <p>COMPREENSÃO E EXPRESSÃO EM LÍNGUA PORTUGUESA</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Qualidade das intervenções;</i> • <i>Expressão escrita e expressão oral.</i> <p>UTILIZAÇÃO DAS TECNOLOGIAS DE INFORMAÇÃO</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Domínio de métodos, estratégias de trabalho de pesquisa.</i> 	<ul style="list-style-type: none"> • Grelha de observação 	<ul style="list-style-type: none"> • Assiduidade/Pontualidade; • Comportamento na aula síncrona/assíncrona; • Participação; • Entrega dos trabalhos propostos; • Cumprimento dos prazos de entrega. 	<p>40</p>	<p>30</p>