

DOMÍNIOS ¹	PONDERAÇÃO	DESCRIPTORIOS DE DESEMPENHO (Operacionalização/Indicadores)	ÁREAS DE COMPETÊNCIA ²	INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO
ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS	80%	MÓDULO 1 – Jogos Desportivos Coletivos I Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo, nos Jogos Desportivos Coletivos (Basquetebol, Futsal, Andebol, Voleibol), realizando com oportunidade e correção as ações técnico-táticas em todas as funções, conforme a oposição em cada fase do jogo, aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro.	B, C, D, E, F, H, I	Registo de observação
		MÓDULO 4 – Ginástica I Compor, realizar e analisar esquemas individuais e em grupo da Ginástica (Acrobática, Solo ou Aparelhos), aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação das destrezas, e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios.		
		MÓDULO 7 – Atletismo I / Desportos de Raquetes I Realizar e analisar, no Atletismo, saltos, corridas, lançamentos e marcha, cumprindo corretamente as exigências técnicas e do regulamento, não só como praticante, mas também como juiz. Realizar com oportunidade e correção as ações técnico-táticas nos Jogos de Raquetas (Badminton, Ténis e Ténis de Mesa) garantindo a iniciativa e ofensividade em participações «individuais» e «a pares», aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro.		
		MÓDULO 10 – Dança I / Outras I Apreciar, compor e realizar, nas Atividades Rítmicas Expressivas (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais), 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>MÓDULO 13 – Atividade Física I / Contextos de Saúde I</p> <p>Identificar as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação (geral), de acordo com as características do esforço realizado.</p> <p>Interpretar as principais adaptações do funcionamento do seu organismo durante a atividade física.</p> <p>Conhecer os objetivos das modalidades, a função e o modo de execução das principais ações técnicas e táticas das mesmas, bem como as suas regras (de jogo).</p> <p>Relacionar a Aptidão Física e Saúde, identificando os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras, a composição corporal, a alimentação, o repouso, a higiene, a afetividade e a qualidade do meio ambiente.</p>	A, G, I	Prova escrita
DESENVOLVIMENTO PESSOAL E INTERPESSOAL	20 %	<p>Manifestar consciência e responsabilidade ambiental e social, trabalhando colaborativamente para o bem comum.</p> <p>Interagir com tolerância, empatia e sentido crítico, argumentando e aceitando diferentes pontos de vista</p> <p>Estabelecer objetivos, traça planos e concretiza projetos.</p> <p>Ser responsável, autónomo e persistente, construindo um caminho personalizado de aprendizagem, com base na autorregulação.</p>	E, F, G	Registo de observação

AValiação dos Alunos com Atestado Médico de Média/Longa Duração

Consideram-se abrangidos por estes critérios os alunos que apresentem atestado de média/longa duração de acordo com a Lei n.º 51 de 5 de setembro, ponto 1 do art. 15º do Estatuto do aluno.

O aluno que apresente atestado médico de média/longa duração será avaliado de forma diferenciada.

Ao estar comprovadamente impossibilitado de realizar a componente prática da disciplina, o aluno, para além da área dos **Conhecimentos**, deve ser avaliado teoricamente nas Atividades Físicas e Aptidão Física, de modo, a obter um nível de desempenho.

Exemplo de tarefas teóricas a aplicar: trabalhos escritos, apresentações, fichas de trabalho ou relatórios.

Capacidades Físicas + Aptidão Física + Conhecimentos + Desenvolvimento Pessoal e Interpessoal - 100%

- A avaliação consistirá na elaboração de trabalhos escritos (máx. 1 por módulo) sobre os temas contemplados no Programa de Educação Física **(60%)** = Trabalho escrito **(40%)** + apresentação do trabalho **(20%)**
- Nível de conhecimentos e compreensão dos conteúdos programáticos: Teste escrito **(10%)**.
- Cooperação nos testes de aptidão física e colaboração nas tarefas de organização e apoio de aula (participação ativa nas tarefas de organização e apoio de aula) e ainda a aplicação das regras das modalidades desportivas, nomeadamente como árbitro e como juiz. **(10%)**
- Desenvolvimento Pessoal e Interpessoal. **(20%)**

(1) Definidos a partir do documento normativo que estipula as aprendizagens essenciais de cada disciplina.

(2) Áreas de competência do perfil dos alunos: A – Linguagens e textos; B – Informação e comunicação; C – Raciocínio e resolução de problemas; D – Pensamento crítico e pensamento criativo; E – Relacionamento interpessoal; F – Desenvolvimento pessoal e autonomia; G – Bem-estar, saúde e ambiente; H – Sensibilidade estética e artística; I – Saber científico, técnico e tecnológico; J – Consciência e domínio do corpo.

(3) A serem divulgados posteriormente.