

DOMÍNIOS/ÁREAS	APRENDIZAGENS ESPECÍFICAS	DESCRIPTORIOS DE DESEMPENHO (Aprendizagens Essenciais-sublinhado)	INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO
<p>ATIVIDADES FÍSICAS (60%)</p> <p><i>(0% - alunos com atestado médico)</i></p>	<p>SUBÁREAS</p> <ul style="list-style-type: none"> - JOGOS; - JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS; (Futebol/Futsal e Voleibol) - GINÁSTICA; (Solo, Aparelhos e Rítmica) - ATLETISMO; - ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS; (Danças Tradicionais) - OUTRAS. (Badminton e Natação) 	<p>O aluno cumpre o programa das matérias. De acordo com o seu desempenho em cada uma delas, será classificado nos seguintes níveis: Não atinge o nível Introdutório (1 ponto), Introdutório (2 pontos), parte do nível Elementar (3 pontos), Elementar (4 pontos), parte do nível Avançado (5 pontos) e nível Avançado (6 pontos). São consideradas para avaliação apenas 1 matéria (melhor resultado) de cada subárea. <i>Na subárea de "Jogos", o nível avançado (espectável) corresponde a 1 ponto.</i></p> <p>Nível 5: 10 pontos Nível 4: 8 pontos Nível 3: 6 pontos (3 níveis Introdução) Nível 2: 2 pontos Nível 1: 0 pontos</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Fichas de registo de testes práticos das modalidades a avaliar (avaliação diagnóstica, formativa e sumativa). - Observação direta.
<p>APTIDÃO FÍSICA (10%)</p> <p><i>(0% - alunos com atestado médico)</i></p>	<p>DESENVOLVIMENTO DAS CAPACIDADES CONDICIONAIS E COORDENATIVAS</p> <ul style="list-style-type: none"> - RESISTÊNCIA; - FORÇA; - VELOCIDADE; - FLEXIBILIDADE; - DESTREZA GERAL. 	<p>O aluno atinge a "Zona Saudável" nos testes do programa "Fitescola®" de acordo com a sua idade e género.</p> <p>Nível 5: 6 testes Nível 4: 5 testes Nível 3: 3 ou 4 testes Nível 2: 2 testes Nível 1: 1 teste</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Fichas de registo de testes práticos das capacidades a avaliar. Bateria de testes Fitescola®
<p>CONHECIMENTOS (10%)</p> <p><i>(80% - alunos com atestado médico)</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> - Conhecer o regulamento técnico das modalidades e os respetivos sinais de arbitragem. (A) - Identificar os elementos técnicos e táticos das modalidades. (B) - Identificar as capacidades físicas de acordo com as características do esforço realizado. (C) - Identificar os materiais utilizados e os terrenos de jogo das modalidades. (D) 	<p>O aluno revela conhecimentos teóricos da disciplina.</p> <p>Nível 5: Todas as aprendizagens Nível 4: Não atinge uma das aprendizagens Nível 3: <u>Apenas a aprendizagem C</u> Nível 2: Apenas a aprendizagem D Nível 1: Nenhum parâmetro</p> <p><i>Não se aplica a alunos com atestado médico. Avaliação de acordo com a estrutura de avaliação cognitiva da disciplina.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> - Participação oral; - Demonstração através da prática. <p>Quando se justifique (atestado médico):</p> <ul style="list-style-type: none"> - Testes escritos; - Relatórios de aulas; - Trabalho individual ou de grupo.
<p>VALORES E ATITUDES (20%)</p>	<p>COMPORTAMENTOS E ATITUDES A OBSERVAR</p> <ul style="list-style-type: none"> - RESPONSABILIDADE (MATERIAL); 5% - COMPORTAMENTO/RESPEITO PELO OUTRO; 8% - EMPENHO; 5% - PONTUALIDADE. 2% 	<p>Para cada um dos comportamentos e atitudes referidos no quadro anterior, o aluno é avaliado da seguinte forma:</p> <p>Nível 5: Revela sempre Nível 4: Revela na maioria Nível 3: Revela parcialmente Nível 2: Não revela na maioria Nível 1: Não revela</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Fichas de registo de atitudes e comportamentos; - Observação direta.