

DOMÍNIOS/ÁREAS		APRENDIZAGENS ESPECÍFICAS	DESCRIPTORIOS DE DESEMPENHO (Aprendizagens Essenciais-sublinhado)	INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO
DOMÍNIO COGNITIVO (80%)	ATIVIDADES FÍSICAS (60%) <i>(0% - alunos com atestado médico)</i>	SUBÁREAS A - JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS; (Basquetebol, Futebol/Futsal, Andebol e Voleibol) B - GINÁSTICA; (Solo, Aparelhos e Rítmica) C – ATLETISMO (Saltos, corridas e lançamentos); D - ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS; E - OUTRAS (Badminton ou ténis de mesa e Natação)	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 A, B, C, D e 2 matérias (melhores resultados) da subárea E. Nível 5: 16 pontos (4 níveis introdução + 2≥ elementar) Nível 4: 12 pontos (4 níveis introdução + 1≥ elementar) Nível 3: 10 pontos (5 níveis Introdução) Nível 2: 8 pontos (2/4 níveis Introdução) Nível 1: 2 pontos (0/1 níveis Introdução)	- Fichas de registo de testes práticos das modalidades a avaliar (avaliação diagnóstica, formativa e sumativa). - Observação direta.
	APTIDÃO FÍSICA (10%) <i>(0% - alunos com atestado médico)</i>	DESENVOLVIMENTO DAS CAPACIDADES CONDICIONAIS E COORDENATIVAS - RESISTÊNCIA; - FORÇA; - VELOCIDADE; - FLEXIBILIDADE; - DESTREZA GERAL.	O aluno atinge a “Zona Saudável” nos testes do programa “Fitescola®” de acordo com a sua idade e género. Nível 5: 6 testes Nível 4: 4 ou 5 testes Nível 3: 3 testes (um teste terá que ser o “Vaivém” – Resistência) Nível 2: 1 ou 2 testes Nível 1: 0 testes	- Fichas de registo de testes práticos das capacidades a avaliar. Bateria de testes Fitescola®
	CONHECIMENTOS (10%) <i>(80% - alunos com atestado médico)</i>	- Conhecer o regulamento técnico das modalidades e os respetivos sinais de arbitragem. (A) - Identificar os elementos técnicos e táticos das modalidades. (B) - Relacionar aptidão física e saúde e identificar os benefícios do exercício físico para a saúde. Interpretar a dimensão sociocultural dos desportos na atualidade e ao longo dos tempos, nomeadamente os jogos olímpicos e paralímpicos. (C) - Identificar os materiais utilizados e os terrenos de jogo das modalidades. (D)	O aluno revela conhecimentos teóricos da disciplina: 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 <i>Não se aplica a alunos com atestado médico. Avaliação de acordo com a estrutura de avaliação cognitiva da disciplina.</i>	- Participação oral; - Demonstração através da prática. Quando se justifique (atestado médico): - Testes escritos; - Relatórios de aulas; - Trabalho individual ou de grupo.
VALORES E ATITUDES (20%)	COMPORTAMENTOS E ATITUDES A OBSERVAR - RESPONSABILIDADE (MATERIAL); 5% - COMPORTAMENTO/RESPEITO PELO OUTRO; 8% - EMPENHO; 5% - PONTUALIDADE. 2%	Para cada um dos comportamentos e atitudes referidos no quadro anterior, o aluno é avaliado da seguinte forma: Nível 5: Revela sempre Nível 4: Revela na maioria Nível 3: Revela parcialmente Nível 2: Não revela na maioria Nível 1: Não revela	- Fichas de registo de atitudes e comportamentos; - Observação direta.	

