

DOMÍNIOS/ÁREAS		APRENDIZAGENS ESPECÍFICAS	DESCRIPTORIOS DE DESEMPENHO (Aprendizagens Essenciais-sublinhado)	INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO
DOMÍNIO COGNITIVO (80%)	<b>ATIVIDADES FÍSICAS</b> (60%) (0% - alunos com atestado médico)	<b>SUBÁREAS</b> 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.  <b>Nível 5:</b> 16 pontos (4 níveis introdução + 2≥ elementar) <b>Nível 4:</b> 12 pontos (4 níveis introdução + 1≥ elementar) <b>Nível 3:</b> <u>10 pontos (5 níveis Introdução)</u> <b>Nível 2:</b> 8 pontos (2/4 níveis Introdução) <b>Nível 1:</b> 2 pontos (0/1 níveis Introdução)	- Fichas de registo de testes práticos das modalidades a avaliar (avaliação diagnóstica, formativa e sumativa). - Observação direta.
	<b>APTIDÃO FÍSICA</b> (10%) (0% - alunos com atestado médico)	<b>DESENVOLVIMENTO DAS CAPACIDADES CONDICIONAIS E COORDENATIVAS</b> - 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.  <b>Nível 5:</b> 7 testes <b>Nível 4:</b> 5 ou 6 testes <b>Nível 3:</b> 3 ou 4 testes (um teste terá que ser o “Vaivém” – Resistência) <b>Nível 2:</b> 2 testes <b>Nível 1:</b> 0 ou 1 teste	- Fichas de registo de testes práticos das capacidades a avaliar. <b>Bateria de testes Fitescola®</b>
	<b>CONHECIMENTOS</b> (10%) (80% - alunos com atestado médico)	- Conhecer o regulamento técnico das modalidades e os respetivos sinais de arbitragem. <b>(A)</b> - Identificar os elementos técnicos e táticos das modalidades. <b>(B)</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. <b>(C)</b> - Identificar os materiais utilizados e os terrenos de jogo das modalidades. <b>(D)</b>	O aluno revela conhecimentos teóricos da disciplina:  <b>Nível 5:</b> Todas as aprendizagens <b>Nível 4:</b> Não atinge uma das aprendizagens <b>Nível 3:</b> <u>Apenas a aprendizagem C</u> <b>Nível 2:</b> Apenas a aprendizagem D <b>Nível 1:</b> 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.  <b>Quando se justifique (atestado médico):</b> - Testes escritos; - Relatórios de aulas; - Trabalho individual ou de grupo.
<b>VALORES E ATITUDES</b> (20%)	<b>COMPORTAMENTOS E ATITUDES A OBSERVAR</b> - 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: <b>Nível 5:</b> Revela sempre <b>Nível 4:</b> Revela na maioria <b>Nível 3:</b> Revela parcialmente <b>Nível 2:</b> Não revela na maioria <b>Nível 1:</b> Não revela	- Fichas de registo de atitudes e comportamentos; - Observação direta.	

