

DOMÍNIOS/ÁREAS		APRENDIZAGENS ESPECÍFICAS	DESCRIPTORIOS DE DESEMPENHO (Aprendizagens Essenciais-sublinhado)	INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO
DOMÍNIO COGNITIVO (80%)	ATIVIDADES FÍSICAS (60%) (0% - alunos com atestado médico)	SUBÁREAS A - JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS; (Basquetebol e Voleibol) B - GINÁSTICA; (Solo) C – ATLETISMO (Salto comprimento, corrida de velocidade e corrida de barreiras); D - ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS (Dança); E – JOGOS DE RAQUETES (Badminton) F – ATIVIDADES DE EXPLORAÇÃO DA NATUREZA (Natação)	O aluno cumpre o programa das matérias. De acordo com o seu desempenho em cada uma delas, será classificado nos seguintes níveis: Não participa/não realiza (0), parte do nível Introdução (1 ponto), Introdução (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 diferentes subáreas. 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 nível Introdução)	- Fichas de registo de testes práticos das modalidades a avaliar (avaliação diagnóstica, formativa e sumativa); - Observação direta.
	APTIDÃO FÍSICA (10%) (0% - alunos com atestado médico)	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: 7 ou 8 testes Nível 4: 5 ou 6 testes Nível 3: 4 testes (um teste terá que ser o “Vaivém” – Resistência) Nível 2: 2 ou 3 testes Nível 1: 0 ou 1 teste	- Fichas de registo de testes práticos das capacidades a avaliar. Bateria de testes Fitescola®
	CONHECIMENTOS (10%) (80% - alunos com atestado médico)	- Conhecer o regulamento técnico das modalidades e os respetivos sinais de arbitragem. - Identificar os elementos técnicos e táticos das modalidades. - 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.	O aluno revela conhecimentos teóricos da disciplina. Nível 5: Todas as aprendizagens Nível 4: Não atinge uma das aprendizagens Nível 3: Atinge duas aprendizagens Nível 2: Apenas uma aprendizagem Nível 1: Não atinge nenhuma das aprendizagens <i>Não se aplica a alunos com atestado médico. Avaliação de acordo com a estrutura de avaliação cognitiva da disciplina.</i>	- Participação oral; - Questionamento; - 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, PONTUALIDADE) – 7% - COMPORTAMENTO/RESPEITO PELO OUTRO - 6% - EMPENHO- 7%	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.	