

ÁREAS / DOMÍNIOS		APRENDIZAGENS ESPECÍFICAS	VALORAÇÃO		INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO DOMINANTES
CONHECIMENTOS E CAPACIDADES	CONHECIMENTO	<ul style="list-style-type: none"> Conhecimentos relativos aos processos de elevação e manutenção da aptidão física; Conhecimentos relativos à interpretação e participação nas estruturas e fenómenos sociais no seio dos quais se realizam as atividades físicas. 	Total de 50%	15%	Expressão: Conhecimentos assimilados e capacidade de transmissão: <ul style="list-style-type: none"> Oral e /ou Escrita
	ATIVIDADES FÍSICAS	<ul style="list-style-type: none"> Jogos Desportivos Coletivos Ginástica ou Atletismo Outras Atividades Físicas Desportivas Atividades de Exploração da Natureza Dança 		35%	Expressão: <ul style="list-style-type: none"> Oral Escrita Na execução de: - Teste oral e/ou trabalho
VALORES		<ul style="list-style-type: none"> Responsabilidade e Integridade Excelência e Exigência Curiosidade, Reflexão e Inovação Cidadania e Participação Liberdade 	50%		<ul style="list-style-type: none"> Grelhas de Observação.

Valores	Valoraç.	Descritores de Desempenho	Palavras-chave	Comportamentos observáveis a privilegiar	I.A.*	CrITÉrios de Classificação
Responsabilidade e Integridade	10%	Ponderar asações próprias e alheias em função do bem comum, aceitando e cumprindo as decisões da instituição e da maioria.	Responsabilidade legal e institucional Regras (RI/EAAE)	Cumprir as regras estabelecidas É assíduo e pontual Respeita colegas e professores Faz- acompanhar do material necessário para as aulas	* Instrumento de Avaliação - Grelha de Observação e Registro	<p>Realiza frequentemente com oportunidade e correção global os comportamentos enunciados – Cotação Total</p> <p>Não realiza com oportunidade e correção global os comportamentos enunciados – Cotação Nula</p> <p>Realiza com discrepâncias na frequência, oportunidade e correção os comportamentos enunciados – Cotação intermédia.</p>
Excelência e Exigência	10%	Aspirar ao trabalho bem feito, ao rigor e à superação, manifestando-o nas atividades propostas pelos professores e noutras da sua iniciativa.	Rigor Superação Correção Clareza	Utiliza um registo de língua adequado ao contexto de aprendizagem (não utiliza calão; utiliza a linguagem científica de cada disciplina...) Levanta dúvidas e dá opiniões		
		Ser perseverante perante as dificuldades, procurando soluções na oferta educativa da escola.	Resiliência Iniciativa	Não desiste à primeira dificuldade, procurando soluções		
		Ter consciência de si e dos outros, sendo responsável pelos seus atos individualmente e em grupo.	Ser Pessoa Direitos sociais Deveres sociais	Respeita a opinião dos outros, a sua privacidade e o direito à diferença.		
Curiosidade, Reflexão e Inovação	10%	Querer aprender mais, manifestando comportamentos que concretizem esta intenção.	Trabalho autónomo	Prática / treina fora do espaço de aula Procura resposta ao que não conhece ou domina pouco		
		Procurar novas soluções e aplicações, rentabilizando os meios ao seu dispor.	Espírito crítico Criatividade	Utiliza espaços desportivos disponíveis		
Cidadania e Participação	10%	Demonstrar respeito pela diversidade humana e cultural e agir de acordo com os princípios dos direitos humanos	Diversidade Direitos Humanos	Respeita os outros		
		Negociar a solução de conflitos em prol da solidariedade e da sustentabilidade ecológica, agindo de acordo com os princípios dos direitos humanos	Solidariedade Sustentabilidade Projetos	Respeita as instalações e o ambiente		
		Ser interventivo, tomando a iniciativa e sendo empreendedor, participando em atividades propostas pela comunidade.	Empreendedorismo	Participa nas atividades físicas promovidas pela escola		
Liberdade	10%	Manifestar a autonomia pessoal centrada nos direitos humanos, na democracia, na cidadania, na equidade, no respeito mútuo, na livre escolha e no bem comum, agindo em conformidade dentro do grupo específico.	Autonomia Direitos Humanos Democracia	Participa de forma organizada e com pertinência. Não manifesta comportamentos de âmbito disciplinar ou fora da tarefa (faltas disciplinares, comportamentos perturbadores...)		

DOMÍNIOS	MATÉRIAS	APRENDIZAGENS ESPECÍFICAS	DESCRIPTORES DE DESEMPENHO
ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS	Jogos desportivos Coletivos	<p>Gerais: Conhecer as ações técnico-táticas elementares e as regras.</p> <p>Específicos: De acordo com os critérios de êxito para cada objetivo elencado (caracterização da ação motora)</p>	<p>A classificação é atribuída de acordo com o nível de desempenho. A cada nível de desempenho corresponde uma dada classificação:</p> <p>Nível 1 – Não demonstrar conhecimento ou não o apresentar ou apresentar outro conhecimento e não aplicar o conhecimento quando solicitado - (0% a 19%);</p> <p>Nível 2 – Demonstrar conhecimento insuficiente apresentando-o sem capacidade de síntese, sem clareza e sem vocabulário apropriado e não o aplicar quando solicitado - (20% a 49%);</p> <p>Nível 3 – Demonstrar conhecimento suficiente apresentando-o com síntese e clareza insuficiente e com erros nas ideias expressas e no vocabulário apropriado e aplicá-lo com erros quando solicitado - (50% a 69%);</p> <p>Nível 4 – Demonstrar conhecimento apresentando-o com síntese e clareza suficiente, sem erros significativos nas ideias expressas e no vocabulário apropriado e aplicá-lo sem erros significativos quando solicitado - (70% a 89%);</p> <p>Nível 5 – Demonstrar conhecimento apresentando-o com clareza, capacidade de síntese, coerência de ideias e vocabulário apropriado e aplicá-lo quando solicitado - (90% a 100%).</p>
	Ginástica ou Atletismo	<p>Gerais: Conhecer as destrezas elementares do solo e dos outros aparelhos e os critérios de correção técnica e expressão.</p> <p>Gerais: Conhecer, no Atletismo, saltos, corridas e lançamentos, e as exigências elementares, técnicas e do regulamento.</p> <p>Específicos: De acordo com os critérios de êxito para cada objetivo elencado (caracterização da ação motora)</p>	
	Outras Atividades Físicas Desportivas (Raquetes)	<p>Gerais: Conhecer as ações técnico-táticas elementares, no JOGO de Badminton em participações «individuais» e «a pares», e as regras.</p> <p>Específicos: De acordo com os critérios de êxito para cada objetivo elencado (caracterização da ação motora)</p>	
	Atividades de Exploração da Natureza (Orientação)	<p>Gerais: Conhecer técnicas de orientação e respeitando as regras de organização, participação, e de preservação da qualidade do ambiente.</p> <p>Específicos: De acordo com os critérios de êxito para cada objetivo elencado (caracterização da ação motora)</p>	
	Dança	<p>Gerais: Conhecer elementos técnicos elementares, em coreografias individuais e ou em grupo, e os critérios de expressividade</p> <p>Específicos: De acordo com os critérios de êxito para cada objetivo elencado (caracterização da ação motora)</p>	

<p>ÁREA DOS CONHECIMENTOS</p>	<p>Conhecimentos relativos aos processos de elevação e manutenção da aptidão física;</p> <p>Conhecimentos relativos à interpretação e participação nas estruturas e fenómenos sociais no seio dos quais se realizam as atividades físicas.</p>	<p>Gerais: Analisar e interpretar a realização das atividades físicas selecionadas, utilizando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva, etc.</p> <p>Conhecer os processos fundamentais das adaptações morfológicas, funcionais e psicológicas, que lhe permitem compreender os diversos fatores da Aptidão Física.</p> <p>Conhecer cuidados higiénicos, bem como as regras de segurança pessoal e dos companheiros, e de preservação dos recursos materiais</p> <p>Específicos: De acordo com os critérios de êxito para cada tipo de avaliação (prova oral, trabalho)</p>	<p>A classificação é atribuída de acordo com o nível de desempenho. A cada nível de desempenho corresponde uma dada classificação:</p> <p>Nível 1 – Não demonstrar conhecimento ou não o apresentar ou apresentar outro conhecimento e não aplicar o conhecimento quando solicitado - (0% a 19%);</p> <p>Nível 2 – Demonstrar conhecimento insuficiente apresentando-o sem capacidade de síntese, sem clareza e sem vocabulário apropriado e não o aplicar quando solicitado - (20% a 49%);</p> <p>Nível 3 – Demonstrar conhecimento suficiente apresentando-o com síntese e clareza insuficiente e com erros nas ideias expressas e no vocabulário apropriado e aplicá-lo com erros quando solicitado - (50% a 69%);</p> <p>Nível 4 – Demonstrar conhecimento apresentando-o com síntese e clareza suficiente, sem erros significativos nas ideias expressas e no vocabulário apropriado e aplicá-lo sem erros significativos quando solicitado - (70% a 89%);</p> <p>Nível 5 – Demonstrar conhecimento apresentando-o com clareza, capacidade de síntese, coerência de ideias e vocabulário apropriado e aplicá-lo quando solicitado - (90% a 100%).</p>
-------------------------------	--	---	---