

DOMÍNIOS	ÁREAS	7º ANO		8º ANO		9º ANO	
CAPACIDADES E CONHECIMENTOS	ATIVIDADES FÍSICAS * PROCESSO - 50,0% * PRODUTO - 50,0%	75%	37.50%	80%	40.00%	85%	42.50%
	CONHECIMENTOS * TESTES / TRABALHOS - 75,0% * AVALIAÇÃO NAS AULAS - 25,0%		18.75%		20.00%		21.25%
	APTIDÃO FÍSICA * PROCESSO - 50,0% * PRODUTO - 50,0%		18.75%		20.00%		21.25%
ATITUDES E VALORES	ASSIDUIDADE	25%	12.50%	20%	10.00%	15%	7.50%
	EQUIPAMENTO		5.00%		4.00%		3.00%
	PONTUALIDADE		2.50%		2.00%		1.50%
	EDUCAÇÃO / RESPEITO		2.50%		2.00%		1.50%
	ESPÍRITO CRÍTICO / AUTONOMIA		2.50%		2.00%		1.50%
			100.00%		100.00%		100.00%

CLASSIFICAÇÃO FINAL

As classificações finais dos períodos são calculadas da seguinte forma:

- 1.º período -> Para efeitos do cálculo do domínio Cognitivo/Motor são somadas todas as matérias/modalidades avaliadas e divididas pelo número total de matérias (Ex: 3 matérias / 3 = Classificação do período);
- 2.º período -> ... são somadas todas as matérias/modalidades avaliadas no 1.º e 2.º períodos e divididas pelo número total de matérias (Ex: 3 matérias 1.º P + 3 matérias 2.º P / 6 = Classificação do 2.º período);
- 3.º período -> ... são somadas todas as matérias/modalidades avaliadas no 1.º, 2.º e 3.º períodos e divididas pelo número total de matérias (Ex: 3 matérias 1.º P + 3 matérias 2.º P + 2 matérias 3.º P / 8 = Classificação do 3.º período/ano);

NOTA: Este modelo garante uma avaliação contínua do aluno ao longo do ano letivo, permitindo ao aluno uma reavaliação de matérias, sempre que este o solicitar, considerando-se sempre a melhor classificação obtida pelo aluno para efeitos de cálculo da classificação final da disciplina. Garante-se assim, que o aluno pode sempre dar continuidade ao seu trabalho, melhorando o seu desempenho e correspondente avaliação.

ALUNOS COM ATESTADO MÉDICO

EDUCAÇÃO FÍSICA - 620

DOMÍNIOS	ÁREAS	7º ANO		8º ANO		9º ANO	
CAPACIDADES E CONHECIMENTOS	ATIVIDADES FÍSICAS * PROCESSO - 50,0% * PRODUTO - 50,0%	75%	0.00%	75%	0.00%	75%	0.00%
	CONHECIMENTOS * TESTES / TRABALHOS - 75,0% * AVALIAÇÃO NAS AULAS - 25,0%		75.00%		75.00%		75.00%
	APTIDÃO FÍSICA * PROCESSO - 50,0% * PRODUTO - 50,0%		0.00%		0.00%		0.00%
ATITUDES E VALORES	ASSIDUIDADE	25%	12.50%	25%	12.50%	25%	12.50%
	EQUIPAMENTO		5.00%		5.00%		5.00%
	PONTUALIDADE		2.50%		2.50%		2.50%
	EDUCAÇÃO / RESPEITO		2.50%		2.50%		2.50%
	ESPÍRITO CRÍTICO / AUTONOMIA		2.50%		2.50%		2.50%
			100.00%		100.00%		100.00%

CLASSIFICAÇÃO FINAL

As classificações finais dos períodos são calculadas da seguinte forma:

- 1.º período -> Para efeitos do cálculo do domínio Cognitivo/Motor são somadas todas as matérias/modalidades avaliadas e divididas pelo número total de matérias (Ex: 3 matérias / 3 = Classificação do período);
- 2.º período -> ... são somadas todas as matérias/modalidades avaliadas no 1.º e 2.º períodos e divididas pelo número total de matérias (Ex: 3 matérias 1.º P + 3 matérias 2.º P / 6 = Classificação do 2.º período);
- 3.º período -> ... são somadas todas as matérias/modalidades avaliadas no 1.º, 2.º e 3.º períodos e divididas pelo número total de matérias (Ex: 3 matérias 1.º P + 3 matérias 2.º P + 2 matérias 3.º P / 8 = Classificação do 3.º período/ano);

NOTA: Este modelo garante uma avaliação contínua do aluno ao longo do ano letivo, permitindo ao aluno uma reavaliação de matérias, sempre que este o solicitar, considerando-se sempre a melhor classificação obtida pelo aluno para efeitos de cálculo da classificação final da disciplina. Garante-se assim, que o aluno pode sempre dar continuidade ao seu trabalho, melhorando o seu desempenho e correspondente avaliação.

DOMÍNIOS	ÁREAS	10º ANO		11º ANO		12º ANO	
CAPACIDADES E CONHECIMENTOS	ATIVIDADES FÍSICAS * PROCESSO - 50,0% * PRODUTO - 50,0%	90%	45.00%	95%	47.50%	95%	47.50%
	CONHECIMENTOS * TESTES / TRABALHOS - 50,0% * AVALIAÇÃO NAS AULAS - 50,0%		22.50%		23.75%		23.75%
	APTIDÃO FÍSICA * PROCESSO - 50,0% * PRODUTO - 50,0%		22.50%		23.75%		23.75%
ATITUDES E VALORES	ASSIDUIDADE	10%	5.00%	5%	2.50%	5%	2.50%
	EQUIPAMENTO		2.00%		1.00%		1.00%
	PONTUALIDADE		1.00%		0.50%		0.50%
	EDUCAÇÃO / RESPEITO		1.00%		0.50%		0.50%
	ESPÍRITO CRÍTICO / AUTONOMIA		1.00%		0.50%		0.50%
		100.00%	100.00%	100.00%	100.00%	100.00%	

CLASSIFICAÇÃO FINAL

As classificações finais dos períodos são calculadas da seguinte forma:

1.º período -> Para efeitos do cálculo do domínio Cognitivo/Motor são somadas todas as matérias/modalidades avaliadas e divididas pelo número total de matérias (Ex: 3 matérias / 3 = Classificação do período);

2.º período -> ... são somadas todas as matérias/modalidades avaliadas no 1.º e 2.º períodos e divididas pelo número total de matérias (Ex: 3 matérias 1.º P + 3 matérias 2.º P / 6 = Classificação do 2.º período);

3.º período -> ... são somadas todas as matérias/modalidades avaliadas no 1.º, 2.º e 3.º períodos e divididas pelo número total de matérias (Ex: 3 matérias 1.º P + 3 matérias 2.º P + 2 matérias 3.º P / 8 = Classificação do 3.º período/ano);

NOTA: Este modelo garante uma avaliação contínua do aluno ao longo do ano letivo, permitindo ao aluno uma reavaliação de matérias, sempre que este o solicitar, considerando-se sempre a melhor classificação obtida pelo aluno para efeitos de cálculo da classificação final da disciplina. Garante-se assim, que o aluno pode sempre dar continuidade ao seu trabalho, melhorando o seu desempenho e correspondente avaliação.

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO 2021/2022 - SECUNDÁRIO

ALUNOS COM ATESTADO MÉDICO

EDUCAÇÃO FÍSICA - 620

DOMÍNIOS	ÁREAS	10º ANO		11º ANO		12º ANO	
CAPACIDADES E CONHECIMENTOS	ATIVIDADES FÍSICAS * PROCESSO - 50,0% * PRODUTO - 50,0%	90%	0.00%	90%	0.00%	90%	0.00%
	CONHECIMENTOS * TESTES / TRABALHOS - 75,0% * AVALIAÇÃO NAS AULAS - 25,0%		90.00%		90.00%		90.00%
	APTIDÃO FÍSICA * PROCESSO - 50,0% * PRODUTO - 50,0%		0.00%		0.00%		0.00%
ATITUDES E VALORES	ASSIDUIDADE	10%	5.00%	10%	5.00%	10%	5.00%
	EQUIPAMENTO		2.00%		2.00%		2.00%
	PONTUALIDADE		1.00%		1.00%		1.00%
	EDUCAÇÃO / RESPEITO		1.00%		1.00%		1.00%
	ESPÍRITO CRÍTICO / AUTONOMIA		1.00%		1.00%		1.00%
			100.00%		100.00%		100.00%

CLASSIFICAÇÃO FINAL

As classificações finais dos períodos são calculadas da seguinte forma:

1.º período -> Para efeitos do cálculo do domínio Cognitivo/Motor são somadas todas as matérias/modalidades avaliadas e divididas pelo número total de matérias (Ex: 3 matérias / 3 = Classificação do período);

2.º período -> ... são somadas todas as matérias/modalidades avaliadas no 1.º e 2.º períodos e divididas pelo número total de matérias (Ex: 3 matérias 1.º P + 3 matérias 2.º P / 6 = Classificação do 2.º período);

3.º período -> ... são somadas todas as matérias/modalidades avaliadas no 1.º, 2.º e 3.º períodos e divididas pelo número total de matérias (Ex: 3 matérias 1.º P + 3 matérias 2.º P + 2 matérias 3.º P / 8 = Classificação do 3.º período/ano);

NOTA: Este modelo garante uma avaliação contínua do aluno ao longo do ano letivo, permitindo ao aluno uma reavaliação de matérias, sempre que este o solicitar, considerando-se sempre a melhor classificação obtida pelo aluno para efeitos de cálculo da classificação final da disciplina. Garante-se assim, que o aluno pode sempre dar continuidade ao seu trabalho, melhorando o seu desempenho e correspondente avaliação.

OPERACIONALIZAÇÃO DOS CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO EM ARTICULAÇÃO COM AS APRENDIZAGENS ESSENCIAIS (AE)

ORGANIZADOR
Domínio

AE: CONHECIMENTOS, CAPACIDADES E ATITUDES
O aluno deve ficar capaz de:

AE: CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO ORIENTADOS PARA AS APRENDIZAGENS ESSENCIAIS

75%

ATITUDES

25%

AE: DESCRITOR DE AVALIAÇÃO ORIENTADO PARA AS APRENDIZAGENS ESSENCIAIS

AE: NÍVEL ATRIBUÍDO EM ARTICULAÇÃO COM AS AE

AE: DESCRITOR DE AVALIAÇÃO ORIENTADO PARA O PERFIL DOS ALUNO
(Adequado ao nível e faixa etária do aluno)

ÁREA DAS ATIVIDADES S FÍSICAS

O aluno desenvolve as competências essenciais para o 7.º ano de escolaridade de nível **INTRODUÇÃO** em 5 matérias, de diferentes subáreas e de acordo com as seguintes condições de possibilidade.

SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (Uma matéria- Basquetebol)

SUBÁREA GINÁSTICA (uma matéria- Ginástica de Solo)

SUBÁREAS ATLETISMO, PATINAGEM, ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS, e OUTRAS: Três matérias (Atletismo-corridas e saltos; Badminton e Danças).

18,75%
Processo

18,75%
Produto

A - Foram atingidas competências essenciais para o 7.º ano de nível **INTRODUÇÃO em 3 matérias, ELEMENTAR em 2 matérias**
Desenvolveu capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, **excedendo os valores de referência** na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola para a sua idade/género.
Revelou conhecimentos **sólidos e elevada** capacidade de relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável. >90%

A

B - Foram atingidas competências essenciais para o 7.º ano de nível **INTRODUÇÃO em 4 matérias e ELEMENTAR em 1 matéria.**
Desenvolveu capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, **excedendo os valores de referência em 2 testes e os restantes (5) enquadrados** na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola para a sua idade/género.
Revelou conhecimentos **evidentes e boa** capacidade de relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável. >70%

B

C - Foram atingidas competências essenciais para o 7.º ano de nível **INTRODUÇÃO em 5 matérias.**
Desenvolveu capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, **enquadradas** na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola para a sua idade/género.
Revelou conhecimentos **claros e notória** capacidade de relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável. >60%

C

D - Foram atingidas competências essenciais para o 7.º ano de níveis: **NÃO INTRODUÇÃO em 1 matéria e INTRODUÇÃO em 4 matérias.**
Desenvolveu capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, **não alcançando os valores de referência em 2 testes e os restantes (5) enquadrados** na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola para a sua idade/género.
Revelou conhecimentos **capacidade de relacionar** aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um

D

A - O aluno demonstra ser **extraordinariamente** conhecedor/sabedor, culto e informado sobre as matérias das AE (A, B, G, I, J). É **altamente** criativo e expressa-se com **elevada** facilidade (A, C, D, J). Revela **elevado** sentido crítico/analítico baseado nos sólidos conhecimentos (A, B, C, D, G). Apresenta-se **altamente** curioso, **deseioso de saber mais** e investiga de forma autónoma **voluntariamente**; é **extraordinariamente** sistemático e organizado (A, B, C, D, F, H, I, J). Apresenta-se **inequivocamente** respeitador da diferença e defensor da igualdade e equidade (A, B, E, F, H). Revela um **excecional** sentido comunicação questionando e debatendo os assuntos em seu redor (A, B, D, E, F, G, H, I, J). Demonstra **notável** capacidade de auto e heteroavaliação (transversal às áreas). Demonstra **extraordinária** participação, colaboração e cooperação nas atividades propostas; apresenta **extraordinário** sentido de responsabilidade e autonomia (B, C, D, E, F, G, I, J). É **altamente** cuidadoso com a saúde e bem-estar de si e dos outros (B, E, F, G).

B - O aluno demonstra ser **elevadamente** conhecedor/sabedor, culto e informado sobre as matérias das AE (A, B, G, I, J). Revela **boa** criatividade e expressa-se com **muita** facilidade (A, C, D, J). Revela **distinto** sentido crítico/analítico baseado nos sólidos conhecimentos (A, B, C, D, G). Apresenta-se **muito** curioso, **deseioso de saber mais** e investiga de forma **autónoma**; é **distintamente** sistemático e organizado (A, B, C, D, F, H, I, J). Apresenta-se como **profundo** respeitador da diferença e defensor da igualdade e equidade (A, B, E, F, H). Revela **muito bom** sentido comunicação questionando e debatendo os assuntos em seu redor (A, B, D, E, F, G, H, I, J). Demonstra **distinta** capacidade de auto e heteroavaliação (transversal às áreas). Demonstra **elevado nível** participação, colaboração e cooperação nas atividades propostas; revela **elevado** sentido de responsabilidade e autonomia (B, C, D, E, F, G, I, J). É **superiormente** cuidadoso com a saúde e bem-estar de si e dos outros (B, E, F, G).

C - O aluno demonstra ser **bom** conhecedor/sabedor, culto e informado sobre as matérias das AE (A, B, G, I, J). É **frequentemente** criativo e expressa-se com **evidente** facilidade (A, C, D, J). Revela **bom** sentido crítico/analítico baseado nos sólidos conhecimentos (A, B, C, D, G). Apresenta-se **frequentemente** curioso e investiga de forma **autónoma** quando convidado; é **regularmente** sistemático e organizado (A, B, C, D, F, H, I, J). Apresenta-se **frequentemente** respeitador da diferença e defensor da igualdade e equidade (A, B, E, F, H). Revela um **bom** sentido comunicação questionando e debatendo, **frequentemente**, os assuntos em seu redor (A, B, D, E, F, G, H, I, J). Demonstra **boa** capacidade de auto e heteroavaliação (transversal às áreas). Demonstra **reconhecida** participação, colaboração e cooperação nas atividades propostas; apresenta **reconhecido** sentido de responsabilidade e autonomia (B, C, D, E, F, G, I, J). É **muito** cuidadoso com a saúde e bem-estar de si e dos outros (B, E, F, G).

D - O aluno demonstra ser **conhecedor/sabedor, culto e informado** sobre as matérias das AE (A, B, G, I, J). Revela **criatividade** e expressa-se com regularidade (A, C, D, J). Expressa sentido **crítico/analítico** baseado nos conhecimentos adquiridos (A, B, C, D, G). Demonstra **curiosidade e investiga** quando é necessário; é **sistemático e organizado** (A, B, C, D, F, H, I, J). Revela **respeito pela diferença** e defende a igualdade e equidade (A, B, E, F, H). **Comunica e questiona** os assuntos em seu redor (A, B, D, E, F, G, H, I, J). Demonstra **capacidade de auto e heteroavaliação** (transversal às áreas). **Participa, colabora e coopera** nas atividades propostas; apresenta **sentido de responsabilidade e autonomia** (B, C, D, E, F, G, I, J). É **cuidadoso com a saúde e bem-estar de si, e dos outros** (B, E, F, G).

estilo de vida saudável. >50%

<p>ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA</p>	<p>Desenvolver capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola, para a sua idade e sexo.</p>	<p>9,38% Processo 9,38% Produto</p>
<p>ÁREA DOS CONHECIMENTOS</p>	<p>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.</p>	<p>5,62% Processo 13,13% Produto</p>

E - Foram atingidas competências essenciais para o 7.º ano de nível **NÃO INTRODUÇÃO em 2 matérias e INTRODUÇÃO em 3 matérias.**

Desenvolveu capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, **não alcançando** os valores de referência em 4 testes e os restantes (3) enquadrados na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola para a sua idade/género.
Revelou insuficientes conhecimentos e capacidade de relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável. >30%

E

F - Foram atingidas competências essenciais para o 7.º ano de níveis: **NÃO INTRODUÇÃO em 3 matéria e I INTRODUÇÃO em 2 matérias.**

Não desenvolveu capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, **enquadradas** na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola para a sua idade/género.
Não revelou conhecimentos e capacidade de relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável. >0%

F

E - O aluno revela necessidade de melhorar o seu conhecimento/sabedoria, cultura e informação sobre as matérias das AE (A, B, G, I, J). Revela necessidade de desenvolver a criatividade e estimular as diferentes formas de expressão (A, C, D, J). Expressa sentido crítico/análítico escasso baseado nos frágeis conhecimentos adquiridos (A, B, C, D, G). Demonstra reduzido sentido de curiosidade e investiga de forma esforçada; demonstra necessidade de desenvolver a sistematização e organização (A, B, C, D, F, H, I, J). Revela insuficiente respeito pela diferença e defende de forma escassa a igualdade e equidade (A, B, E, F, H). Comunica e questiona os assuntos em seu redor de forma tímida (A, B, D, E, F, G, H, I, J). Demonstra constrangimentos na capacidade de auto e heteroavaliação (transversal às áreas). Necessita de muita estimulação e persistência para participar, colaborar e cooperar nas atividades propostas; apresenta necessidade de desenvolver o sentido de responsabilidade e autonomia (B, C, D, E, F, G, I, J). Necessita de desenvolver o cuidado com a saúde e bem-estar de si, e dos outros (B, E, F, G).

F - O aluno necessita de melhorar muito o seu conhecimento/sabedoria, cultura e informação sobre as matérias das AE (A, B, G, I, J). Revela elevada necessidade de desenvolver a criatividade e empenhar-se, de forma acentuada, no desenvolvimento das formas de expressão (A, C, D, J). O sentido crítico/análítico necessita de ser fortemente desenvolvido e baseado na suportado pela consolidação dos conhecimentos adquiridos (A, B, C, D, G). A curiosidade deve ser altamente estimulada e investigação proporcionada de forma persistente; demonstra necessidade premente de desenvolver a sistematização e organização (A, B, C, D, F, H, I, J). Revela necessidade primária de desenvolver o respeito pela diferença e a defesa a igualdade e equidade (A, B, E, F, H). A comunicação e o questionamento dos assuntos em seu redor necessitam de um forte desenvolvimento (A, B, D, E, F, G, H, I, J). Demonstra necessidades evidentes na capacidade de auto e heteroavaliação (transversal às áreas). A participação, colaboração e cooperação nas atividades propostas é manifestamente insuficiente e necessita estimulação permanente; apresenta necessidade primária de desenvolver o sentido de responsabilidade e autonomia (B, C, D, E, F, G, I, J). Urge desenvolver o cuidado com a saúde e bem-estar de si, e dos outros (B, E, F, G).

OPERACIONALIZAÇÃO DOS CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO EM ARTICULAÇÃO COM AS APRENDIZAGENS ESSENCIAIS (AE)

ORGANIZADOR
Domínio

AE: CONHECIMENTOS, CAPACIDADES E ATITUDES
O aluno deve ficar capaz de:

AE: CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO ORIENTADOS PARA AS APRENDIZAGENS ESSENCIAIS

80%

20%
Processo

20%
Produto

ATITUDES (Transversal a todos os domínios)

AE: DESCRITOR DE AVALIAÇÃO ORIENTADO PARA AS APRENDIZAGENS ESSENCIAIS

AE: NÍVEL ATRIBUÍDO EM ARTICULAÇÃO COM AS AE

AE: DESCRITOR DE AVALIAÇÃO ORIENTADO PARA O PERFIL DOS ALUNO (Adequado ao nível e faixa etária do aluno)

ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS

O aluno desenvolve as competências essenciais para o 8.º ano de escolaridade de nível INTRODUÇÃO em 6 matérias, de diferentes subáreas e de acordo com as seguintes condições de possibilidade. SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (uma matéria-Voleibol).
SUBÁREA GINÁSTICA (Ginástica de Solo) SUBÁREAS ATLETISMO, PATINAGEM, ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS e OUTRAS (quatro matérias- Atletismo-corridas e saltos; Orientação; Badminton e Danças).

A - Foram atingidas competências essenciais para o 7.º ano de níveis: **INTRODUÇÃO em 4 matérias, ELEMENTAR em 2 matérias.**
Desenvolveu capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, **excedendo os valores de referência na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola para a sua idade/género.**
Revelou conhecimentos sólidos e **elevada** capacidade de relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável. >90%

A

B - Foram atingidas competências essenciais para o 7.º ano de níveis: **INTRODUÇÃO em 5 matérias, ELEMENTAR em 1 matérias.**
Desenvolveu capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, **excedendo os valores de referência em 2 testes e os restantes (5) enquadrados na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola para a sua idade/género.**
Revelou conhecimentos **evidentes** e **boa** capacidade de relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável. >70%

B

C - Foram atingidas competências essenciais para o 7.º ano de níveis: **INTRODUÇÃO em 6 matérias.**
Desenvolveu capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, **enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola para a sua idade/género.**
Revelou conhecimentos **claros** e **notória** capacidade de relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável. >60%

C

D - Foram atingidas competências essenciais para o 7.º ano de níveis: **NÃO INTRODUÇÃO em 1 matéria e INTRODUÇÃO em 5 matérias.**
Desenvolveu capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, **não alcançando os valores de referência em 2 testes e os restantes (5) enquadrados na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola para a sua idade/género.**
Revelou conhecimentos **capacidade** de relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um

D

A - O aluno demonstra ser **extraordinariamente** conhecedor/sabedor, culto e informado sobre as matérias das AE (A, B, G, I, J). É **altamente** criativo e expressa-se com **elevada** facilidade (A, C, D, J). Revela **elevado** sentido crítico/análítico baseado nos sólidos conhecimentos (A, B, C, D, G). Apresenta-se **altamente** curioso, **deseioso de saber mais** e investiga de forma autónoma **voluntariamente**; é **extraordinariamente** sistemático e organizado (A, B, C, D, F, H, I, J). Apresenta-se **inequivocamente** respeitador da diferença e defensor da igualdade e equidade (A, B, E, F, H). Revela um **excecional** sentido comunicação questionando e debatendo os assuntos em seu redor (A, B, D, E, F, G, H, I, J). Demonstra **notável** capacidade de auto e heteroavaliação (transversal às áreas). Demonstra **extraordinária** participação, colaboração e cooperação nas atividades propostas; apresenta **extraordinário** sentido de responsabilidade e autonomia (B, C, D, E, F, G, I, J). É **altamente** cuidadoso com a saúde e bem-estar de si e dos outros (B, E, F, G).

B - O aluno demonstra ser **elevadamente** conhecedor/sabedor, culto e informado sobre as matérias das AE (A, B, G, I, J). Revela **boa** criatividade e expressa-se com **muita** facilidade (A, C, D, J). Revela **distinto** sentido crítico/análítico baseado nos sólidos conhecimentos (A, B, C, D, G). Apresenta-se **muito** curioso, **deseioso de saber mais** e investiga de forma **autónoma**; é **distintamente** sistemático e organizado (A, B, C, D, F, H, I, J). Apresenta-se como **profundo** respeitador da diferença e defensor da igualdade e equidade (A, B, E, F, H). Revela **muito bom** sentido comunicação questionando e debatendo os assuntos em seu redor (A, B, D, E, F, G, H, I, J). Demonstra **distinta** capacidade de auto e heteroavaliação (transversal às áreas). Demonstra **elevado nível** participação, colaboração e cooperação nas atividades propostas; revela **elevado** sentido de responsabilidade e autonomia (B, C, D, E, F, G, I, J). É **superiormente** cuidadoso com a saúde e bem-estar de si e dos outros (B, E, F, G).

C - O aluno demonstra ser **bom** conhecedor/sabedor, culto e informado sobre as matérias das AE (A, B, G, I, J). É **frequentemente** criativo e expressa-se com **evidente** facilidade (A, C, D, J). Revela **bom** sentido crítico/análítico baseado nos sólidos conhecimentos (A, B, C, D, G). Apresenta-se **frequentemente** curioso e investiga de forma **autónoma** quando convidado; é **regularmente** sistemático e organizado (A, B, C, D, F, H, I, J). Apresenta-se **frequentemente** respeitador da diferença e defensor da igualdade e equidade (A, B, E, F, H). Revela um **bom** sentido comunicação questionando e debatendo, **frequentemente**, os assuntos em seu redor (A, B, D, E, F, G, H, I, J). Demonstra **boa** capacidade de auto e heteroavaliação (transversal às áreas). Demonstra **reconhecida** participação, colaboração e cooperação nas atividades propostas; apresenta **reconhecido** sentido de responsabilidade e autonomia (B, C, D, E, F, G, I, J). É **muito** cuidadoso com a saúde e bem-estar de si e dos outros (B, E, F, G).

D - O aluno demonstra ser **conhecedor/sabedor, culto e informado** sobre as matérias das AE (A, B, G, I, J). Revela **criatividade** e **expressa-se** com regularidade (A, C, D, J). Expressa sentido **crítico/análítico** baseado nos conhecimentos adquiridos (A, B, C, D, G). Demonstra **curiosidade e investiga** quando é necessário; é **sistemático e organizado** (A, B, C, D, F, H, I, J). Revela **respeito pela diferença** e defende a igualdade e equidade (A, B, E, F, H). **Comunica e questiona** os assuntos em seu redor (A, B, D, E, F, G, H, I, J). Demonstra **capacidade de auto e heteroavaliação** (transversal às áreas). **Participa, colabora e coopera** nas atividades propostas; apresenta **sentido de responsabilidade e autonomia** (B, C, D, E, F, G, I, J). É **cuidadoso com a saúde e bem-estar de si, e dos outros** (B, E, F, G).

estilo de vida saudável. >50%

<p>ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA</p>	<p>Desenvolver capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola, para a sua idade e sexo.</p>	<p>10% Processo</p> <p>10% Produto</p>	<p>E - Foram atingidas competências essenciais para o 7.º ano de níveis: NÃO INTRODUÇÃO em 2 matérias e INTRODUÇÃO em 4 matérias.</p> <p>Desenvolveu capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, não alcançando os valores de referência em 4 testes e os restantes (3) enquadrados na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola para a sua idade/género.</p> <p>Revelou insuficientes conhecimentos e capacidade de relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável. >30%</p>	<p>E</p>	<p>E - O aluno <u>revela necessidade de melhorar</u> o seu conhecimento/sabedoria, cultura e informação sobre as matérias das AE (A, B, G, I, J). Revela <u>necessidade de desenvolver</u> a criatividade e <u>estimular as diferentes formas</u> de expressão (A, C, D, J). Expressa sentido crítico/analítico <u>escasso</u> baseado nos <u>frágeis</u> conhecimentos adquiridos (A, B, C, D, G). Demonstra <u>reduzido sentido de</u> curiosidade e investiga de <u>forma esforçada</u>; demonstra <u>necessidade de desenvolver</u> a sistematização e organização (A, B, C, D, F, H, I, J). Revela <u>insuficiente</u> respeito pela diferença e defende de <u>forma escassa</u> a igualdade e equidade (A, B, E, F, H). Comunica e questiona os assuntos em seu redor de <u>forma tímida</u> (A, B, D, E, F, G, H, I, J). Demonstra <u>constrangimentos</u> na capacidade de auto e heteroavaliação (transversal às áreas). <u>Necessita de muita estimulação e persistência</u> para participar, colaborar e cooperar nas atividades propostas; apresenta <u>necessidade de desenvolver</u> o sentido de responsabilidade e autonomia (B, C, D, E, F, G, I, J). <u>Necessita de desenvolver o cuidado</u> com a saúde e bem-estar de si, e dos outros (B, E, F, G).</p>
<p>ÁREA DOS CONHECIMENTOS</p>	<p>Relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras. Identificar e interpretar os valores olímpicos e paraolímpicos, compreendendo a sua importância para a construção de uma sociedade moderna e inclusiva.</p>	<p>6% Processo</p> <p>14% Produto</p>	<p>F - Foram atingidas competências essenciais para o 7.º ano de níveis: NÃO INTRODUÇÃO em 3 matérias e INTRODUÇÃO em 3 matérias.</p> <p>Não desenvolveu capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, <u>enquadradas</u> na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola para a sua idade/género.</p> <p>Não revelou conhecimentos e capacidade de relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável. >0%</p>	<p>F</p>	<p>F - O aluno <u>necessita de melhorar muito</u> o seu conhecimento/sabedoria, cultura e informação sobre as matérias das AE (A, B, G, I, J). Revela <u>elevada necessidade de desenvolver</u> a criatividade e empenhar-se, de <u>forma acentuada</u>, no desenvolvimento das formas de expressão (A, C, D, J). O sentido crítico/analítico <u>necessita de ser fortemente desenvolvido</u> e baseado na suportado pela consolidação dos conhecimentos adquiridos (A, B, C, D, G). A curiosidade <u>deve ser altamente estimulada</u> e investigação <u>proporcionada de forma persistente</u>; demonstra <u>necessidade premente de desenvolver</u> a sistematização e organização (A, B, C, D, F, H, I, J). Revela <u>necessidade primária de desenvolver</u> o respeito pela diferença e a defesa a igualdade e equidade (A, B, E, F, H). A comunicação e o questionamento dos assuntos em seu redor <u>necessitam de um forte desenvolvimento</u> (A, B, D, E, F, G, H, I, J). Demonstra <u>necessidades evidentes</u> na capacidade de auto e heteroavaliação (transversal às áreas). A participação, colaboração e cooperação nas atividades propostas é <u>manifestamente insuficiente e necessita estimulação permanente</u>; apresenta <u>necessidade primária de desenvolver</u> o sentido de responsabilidade e autonomia (B, C, D, E, F, G, I, J). <u>Urge desenvolver o cuidado</u> com a saúde e bem-estar de si, e dos outros (B, E, F, G).</p>

OPERACIONALIZAÇÃO DOS CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO EM ARTICULAÇÃO COM AS APRENDIZAGENS ESSENCIAIS (AE)

ORGANIZAÇÃO DOR	AE: CONHECIMENTOS, CAPACIDADES E ATITUDES	AE: CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO ORIENTADOS PARA AS APRENDIZAGENS ESSENCIAIS	ATITUDES	AE: DESCRITOR DE AVALIAÇÃO ORIENTADO PARA AS APRENDIZAGENS ESSENCIAIS	AE: NÍVEL ATRIBUÍDO O EM ARTICULAÇÃO COM AS AE	AE: DESCRITOR DE AVALIAÇÃO ORIENTADO PARA O PERFIL DOS ALUNO (Adequado ao nível e faixa etária do aluno)
<p>Domínio</p> <p>ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS</p>	<p>O aluno deve ficar capaz de:</p> <p>O aluno desenvolve as competências essenciais para o 9.º ano de escolaridade de nível INTRODUÇÃO em 5 matérias e de nível ELEMENTAR numa matéria, de diferentes subáreas e de acordo com as seguintes condições de possibilidade.</p> <ul style="list-style-type: none"> SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (duas matérias- Futsal e Andebol). SUBÁREA GINÁSTICA (uma matéria - Ginástica de Solo). SUBÁREA ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS (uma matéria-Danças). SUBÁREAS ATLETISMO, PATINAGEM, RAQUETAS e OUTRAS (duas matérias:Atletismo-Corridas e Saltos e Badminton). 	<p>85%</p> <p>21,25% Processo</p> <p>21,25% Produto</p>	<p>15%</p> <p>A - Foram atingidas competências essenciais para o 9.º ano de de níveis: INTRODUÇÃO em 4 matérias, nível ELEMENTAR 1 matéria e uma matér em nível AVANÇADO. Desenvolveu capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, excedendo os valores de referência na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola para a sua idade/género. Revelou conhecimentos sólidos e elevada capacidade de relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável. >90%</p> <p>B - Foram atingidas competências essenciais para o 9.º ano de níveis: INTRODUÇÃO em 4 matérias, nível ELEMENTAR 2 matérias. Desenvolveu capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, excedendo os valores de referência em 2 testes e os restantes (5) enquadrados na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola para a sua idade/género. Revelou conhecimentos evidentes e boa capacidade de relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável. >70%</p> <p>C - Foram atingidas competências essenciais para o 9.º ano de nível INTRODUÇÃO em 5 matérias, nível ELEMENTAR 1 matéria. Desenvolveu capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola para a sua idade/género. Revelou conhecimentos claros e notória capacidade de relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável. >60%</p> <p>D - Foram atingidas competências essenciais para o 9.º ano de nível INTRODUÇÃO em apenas 6 matérias. Desenvolveu capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, não alcançando os valores de referência em 2 testes e os restantes (5) enquadrados na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola para a sua idade/género. Revelou conhecimentos capacidade de relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável. >50%</p>	<p>A</p> <p>B</p> <p>C</p> <p>D</p>	<p>A - O aluno demonstra ser <u>extraordinariamente</u> conhecedor/sabedor, culto e informado sobre as matérias das AE (A, B, G, I, J). É <u>altamente</u> criativo e expressa-se com <u>elevada</u> facilidade (A, C, D, J). Revela <u>elevado</u> sentido crítico/analtico baseado nos sólidos conhecimentos (A, B, C, D, G). Apresenta-se <u>altamente</u> curioso, <u>deseioso de saber mais</u> e investiga de forma autónoma <u>voluntariamente</u>; é <u>extraordinariamente</u> sistemático e organizado(A, B, C, D, F, H, I, j). Apresenta-se <u>inequivocamente</u> respeitador da diferença e defensor da igualdade e equidade (A, B, E, F, H). Revela um <u>excepcional</u> sentido comunicação questionando e debatendo os assuntos em seu redor (A, B, D, E, F, G, H, I, J). Demonstra <u>potável</u> capacidade de auto e heteroavaliação (transversal às áreas). Demonstra <u>extraordinária</u> participação, colaboração e cooperação nas atividades propostas; apresenta <u>extraordinário</u> sentido de responsabilidade e autonomia (B, C, D, E, F, G, I, J). É <u>altamente</u> cuidadoso com a saúde e bem-estar de si e dos outros (B, E, F, G).</p> <p>B - O aluno demonstra ser <u>elevadamente</u> conhecedor/sabedor, culto e informado sobre as matérias das AE (A, B, G, I, J). Revela <u>boa</u> criatividade e expressa-se com <u>muita</u> facilidade (A, C, D, J). Revela <u>distinto</u> sentido crítico/analtico baseado nos sólidos conhecimentos (A, B, C, D, G). Apresenta-se <u>muito</u> curioso, <u>deseioso de saber mais</u> e investiga de forma <u>autónoma</u>; é <u>distintamente</u> sistemático e organizado(A, B, C, D, F, H, I, j). Apresenta-se como <u>profundo</u> respeitador da diferença e defensor da igualdade e equidade (A, B, E, F, H). Revela <u>muito bom</u> sentido comunicação questionando e debatendo os assuntos em seu redor (A, B, D, E, F, G, H, I, J). Demonstra <u>distinta</u> capacidade de auto e heteroavaliação (transversal às áreas). Demonstra <u>elevado nível</u> participação, colaboração e cooperação nas atividades propostas; revela <u>elevado</u> sentido de responsabilidade e autonomia (B, C, D, E, F, G, I, J). É <u>superiormente</u> cuidadoso com a saúde e bem-estar de si e dos outros (B, E, F, G).</p> <p>C - O aluno demonstra ser <u>bom</u> conhecedor/sabedor, culto e informado sobre as matérias das AE (A, B, G, I, J). É <u>frequentemente</u> criativo e expressa-se com <u>evidente</u> facilidade (A, C, D, J). Revela <u>bom</u> sentido crítico/analtico baseado nos sólidos conhecimentos (A, B, C, D, G). Apresenta-se <u>frequentemente</u> curioso e investiga de forma <u>autónoma</u> quando convidado; é <u>regularmente</u> sistemático e organizado(A, B, C, D, F, H, I, j). Apresenta-se <u>frequentemente</u> respeitador da diferença e defensor da igualdade e equidade (A, B, E, F, H). Revela um <u>bom</u> sentido comunicação questionando e debatendo, <u>frequentemente</u>, os assuntos em seu redor (A, B, D, E, F, G, H, I, J). Demonstra <u>boa</u> capacidade de auto e heteroavaliação (transversal às áreas). Demonstra <u>reconhecida</u> participação, colaboração e cooperação nas atividades propostas; apresenta <u>reconhecido</u> sentido de responsabilidade e autonomia (B, C, D, E, F, G, I, J). É <u>muito</u> cuidadoso com a saúde e bem-estar de si e dos outros (B, E, F, G).</p> <p>D - O aluno demonstra ser <u>conhecedor/sabedor, culto e informado</u> sobre as matérias das AE (A, B, G, I, J). Revela <u>criatividade e expressa-se</u> com regularidade (A, C, D, J). Expressa sentido <u>crítico/analtico</u> baseado nos conhecimentos adquiridos (A, B, C, D, G). Demonstra <u>curiosidade</u> e <u>investiga</u> quando é necessário; é <u>sistemático e organizado</u> (A, B, C, D, F, H, I, J). Revela <u>respeito pela diferença</u> e defende a <u>igualdade e equidade</u> (A, B, E, F, H). <u>Comunica e questiona</u> os assuntos em seu redor (A, B, D, E, F, G, H, I, J). Demonstra <u>capacidade de auto e heteroavaliação</u> (transversal às áreas). <u>Participa, colabora e coopera</u> nas atividades propostas; apresenta <u>sentido de responsabilidade e autonomia</u> (B, C, D, E, F, G, I, J). É <u>cuidadoso com a saúde e bem-estar de si, e dos outros</u> (B, E, F, G).</p>	

ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA	Desenvolver capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola, para a sua idade e sexo.	10,63% Processo
		10,63% Produto

ÁREA DOS CONHECIMENTOS	Relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras, a composição corporal, a alimentação, o repouso, a higiene, afetividade e a qualidade do meio ambiente. Interpretar a dimensão sociocultural dos desportos e da atividade física na atualidade e ao longo dos tempos, identificando fenómenos associados a limitações e possibilidades de prática dos desportos e das atividades físicas, tais como: o sedentarismo e a evolução tecnológica, a poluição, o urbanismo e a industrialização, relacionando-os com a evolução das sociedades.	6,37% Processo
		14,88% Produto

E - Foram atingidas competências essenciais para o 9.º ano de níveis: **NÃO INTRODUÇÃO em 1 matéria e INTRODUÇÃO em 5 matérias.**

Desenvolveu capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, não alcançando os valores de referência em 4 testes e os restantes (3) enquadrados na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola para a sua idade/género.
 Revelou **insuficientes** conhecimentos e capacidade de relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável. >30%

E

E - O aluno revela necessidade de melhorar o seu conhecimento/sabedoria, cultura e informação sobre as matérias das AE (A, B, G, I, J). Revela necessidade de desenvolver a criatividade e estimular as diferentes formas de expressão (A, C, D, J). Expressa sentido crítico/analítico escasso baseado nos frágeis conhecimentos adquiridos (A, B, C, D, G). Demonstra reduzido sentido de curiosidade e investiga de forma esforçada; demonstra necessidade de desenvolver a sistematização e organização (A, B, C, D, F, H, I, J). Revela insuficiente respeito pela diferença e defende de forma escassa a igualdade e equidade (A, B, E, F, H). Comunica e questiona os assuntos em seu redor de forma tímida (A, B, D, E, F, G, H, I, J). Demonstra constrangimentos na capacidade de auto e heteroavaliação (transversal às áreas). Necessita de muita estimulação e persistência para participar, colaborar e cooperar nas atividades propostas; apresenta necessidade de desenvolver o sentido de responsabilidade e autonomia (B, C, D, E, F, G, I, J). Necessita de desenvolver o cuidado com a saúde e bem-estar de si, e dos outros (B, E, F, G).

F - Foram atingidas competências essenciais para o 9.º ano de níveis: **NÃO INTRODUÇÃO em 2 matérias e INTRODUÇÃO em 4 matérias.**

Não desenvolveu capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola para a sua idade/género.
Não revelou conhecimentos e capacidade de relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável. >0%

F

F - O aluno necessita de melhorar muito o seu conhecimento/sabedoria, cultura e informação sobre as matérias das AE (A, B, G, I, J). Revela elevada necessidade de desenvolver a criatividade e empenhar-se, de forma acentuada, no desenvolvimento das formas de expressão (A, C, D, J). O sentido crítico/analítico necessita de ser fortemente desenvolvido e baseado na suportado pela consolidação dos conhecimentos adquiridos (A, B, C, D, G). A curiosidade deve ser altamente estimulada e investigação proporcionada de forma persistente; demonstra necessidade premente de desenvolver a sistematização e organização (A, B, C, D, F, H, I, J). Revela necessidade primária de desenvolver o respeito pela diferença e a defesa a igualdade e equidade (A, B, E, F, H). A comunicação e o questionamento dos assuntos em seu redor necessitam de um forte desenvolvimento (A, B, D, E, F, G, H, I, J). Demonstra necessidades evidentes na capacidade de auto e heteroavaliação (transversal às áreas). A participação, colaboração e cooperação nas atividades propostas é manifestamente insuficiente e necessita estimulação permanente; apresenta necessidade primária de desenvolver o sentido de responsabilidade e autonomia (B, C, D, E, F, G, I, J). Urge desenvolver o cuidado com a saúde e bem-estar de si, e dos outros (B, E, F, G).

OPERACIONALIZAÇÃO DOS CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO EM ARTICULAÇÃO COM AS APRENDIZAGENS ESSENCIAIS (AE)

ORGANIZADOR
Domínio

AE: CONHECIMENTOS, CAPACIDADES E ATITUDES
O aluno deve ficar capaz de:

AE: CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO ORIENTADOS PARA AS APRENDIZAGENS ESSENCIAIS

90% 10%

AE: DESCRITOR DE AVALIAÇÃO ORIENTADO PARA AS APRENDIZAGENS ESSENCIAIS

AE: NÍVEL ATRIBUÍDO EM ARTICULAÇÃO COM AS AE

AE: DESCRITOR DE AVALIAÇÃO ORIENTADO PARA O PERFIL DOS ALUNO (Adequado ao nível e faixa etária do aluno)

ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS

O aluno desenvolve as competências essenciais para o 10.º ano de escolaridade de nível INTRODUÇÃO em 5 matérias e de nível ELEMENTAR numa matéria, de diferentes subáreas e de acordo com as seguintes condições de possibilidade.

O aluno deve ficar capaz de:

SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (duas matérias)

Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo, nos Jogos Desportivos Coletivos (Basquetebol, Futebol, Andebol, Voleibol), realizando com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares em todas as funções, conforme a oposição em cada fase do jogo,

aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro.

SUBÁREA GINÁSTICA (uma matéria)

Compôr, realizar e analisar da Ginástica (Solo) as destrezas elementares do solo em esquemas individuais. Aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação, e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios.

SUBÁREA ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS (uma matéria)

Apreciar, compôr e realizar, nas Atividades Rítmicas

Expressivas (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais), seqüências de elementos técnicos elementares em coreografias individuais, aplicando os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições.

SUBÁREAS ATLETISMO, ORIENTAÇÃO, BADMINTON (duas matérias)

Realizar e analisar, no Atletismo, saltos e corridas, cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento, não só como praticante, mas também como juiz.

22,5%
Processo

22,5%
Produto

A - Foram atingidas competências essenciais para o 10.º ano de nível INTRODUÇÃO em 3 matérias, nível ELEMENTAR em 2 matérias e nível AVANÇADO em 1 matéria..
Desenvolveu capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, excedendo os valores de referência na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola para a sua idade/género.
Revelou conhecimentos sólidos e elevada capacidade de relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável. >90%

A

B - Foram atingidas competências essenciais para o 10.º ano de nível INTRODUÇÃO em 3 matérias e nível ELEMENTAR em 3 matérias.
Desenvolveu capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, excedendo os valores de referência em 2 testes e os restantes (5) enquadrados na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola para a sua idade/género.
Revelou conhecimentos evidentes e boa capacidade de relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável. >70%

B

C - Foram atingidas competências essenciais para o 10.º ano de nível INTRODUÇÃO em 5 matérias e nível ELEMENTAR em 1 matéria.
Desenvolveu capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola para a sua idade/género.
Revelou conhecimentos claros e notória capacidade de relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável. >60%

C

D - Foram atingidas competências essenciais para o 10.º ano de nível INTRODUÇÃO em 6 matérias.
Desenvolveu capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, não alcançando os valores de referência em 2 testes e os restantes (5) enquadrados na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola para a sua idade/género.
Revelou conhecimentos capacidade de relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável. >50%

D

A - O aluno demonstra ser extraordinariamente conhecedor/sabedor, culto e informado sobre as matérias das AE (A, B, G, I, J). É altamente criativo e expressa-se com elevada facilidade (A, C, D, J). Revela elevado sentido crítico/análítico baseado nos sólidos conhecimentos (A, B, C, D, G). Apresenta-se altamente curioso, deseioso de saber mais e investiga de forma autónoma voluntariamente; é extraordinariamente sistemático e organizado (A, B, C, D, F, H, I, J). Apresenta-se inequivocamente respeitador da diferença e defensor da igualdade e equidade (A, B, E, F, H). Revela um excecional sentido comunicação questionando e debatendo os assuntos em seu redor (A, B, D, E, F, G, H, I, J). Demonstra notável capacidade de auto e heteroavaliação (transversal às áreas). Demonstra extraordinária participação, colaboração e cooperação nas atividades propostas; apresenta extraordinário sentido de responsabilidade e autonomia (B, C, D, E, F, G, I, J). É altamente cuidadoso com a saúde e bem-estar de si e dos outros (B, E, F, G).

B - O aluno demonstra ser elevadamente conhecedor/sabedor, culto e informado sobre as matérias das AE (A, B, G, I, J). Revela boa criatividade e expressa-se com muita facilidade (A, C, D, J). Revela distinta sentido crítico/análítico baseado nos sólidos conhecimentos (A, B, C, D, G). Apresenta-se muito curioso, deseioso de saber mais e investiga de forma autónoma; é distintamente sistemático e organizado (A, B, C, D, F, H, I, J). Apresenta-se como profundo respeitador da diferença e defensor da igualdade e equidade (A, B, E, F, H). Revela muito bom sentido comunicação questionando e debatendo os assuntos em seu redor (A, B, D, E, F, G, H, I, J). Demonstra distinta capacidade de auto e heteroavaliação (transversal às áreas). Demonstra elevado nível participação, colaboração e cooperação nas atividades propostas; revela elevado sentido de responsabilidade e autonomia (B, C, D, E, F, G, I, J). É superiormente cuidadoso com a saúde e bem-estar de si e dos outros (B, E, F, G).

C - O aluno demonstra ser bom conhecedor/sabedor, culto e informado sobre as matérias das AE (A, B, G, I, J). É frequentemente criativo e expressa-se com evidente facilidade (A, C, D, J). Revela bom sentido crítico/análítico baseado nos sólidos conhecimentos (A, B, C, D, G). Apresenta-se frequentemente curioso e investiga de forma autónoma quando convidado; é regularmente sistemático e organizado (A, B, C, D, F, H, I, J). Apresenta-se frequentemente respeitador da diferença e defensor da igualdade e equidade (A, B, E, F, H). Revela um bom sentido comunicação questionando e debatendo, frequentemente, os assuntos em seu redor (A, B, D, E, F, G, H, I, J). Demonstra boa capacidade de auto e heteroavaliação (transversal às áreas). Demonstra reconhecida participação, colaboração e cooperação nas atividades propostas; apresenta reconhecido sentido de responsabilidade e autonomia (B, C, D, E, F, G, I, J). É muito cuidadoso com a saúde e bem-estar de si e dos outros (B, E, F, G).

D - O aluno demonstra ser conhecedor/sabedor, culto e informado sobre as matérias das AE (A, B, G, I, J). Revela criatividade e expressa-se com regularidade (A, C, D, J). Expressa sentido crítico/análítico baseado nos conhecimentos adquiridos (A, B, C, D, G). Demonstra curiosidade e investiga quando é necessário; é sistemático e organizado (A, B, C, D, F, H, I, J). Revela respeito pela diferença e defende a igualdade e equidade (A, B, E, F, H). Comunica e questiona os assuntos em seu redor (A, B, D, E, F, G, H, I, J). Demonstra capacidade de auto e heteroavaliação (transversal às áreas). Participa, colabora e coopera nas atividades propostas; apresenta sentido de responsabilidade e autonomia (B, C, D, E, F, G, I, J). É cuidadoso com a saúde e bem-estar de si, e dos outros (B, E, F, G).

Realizar com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares, nos Jogos de Raquetas (Badminton, Ténis e Ténis de Mesa) garantindo a iniciativa e ofensividade em participações «individuais» e «a pares», aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro.

Realizar Percursos (Orientação) elementares, utilizando técnicas de orientação e respeitando as regras de organização, participação, e de preservação da qualidade do ambiente.

ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA

Desenvolver capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola, para a sua idade e sexo. Consulte o Anexo 3 (**fazer hipervigilância**) para conhecer as capacidades motoras a desenvolver no 9.º ano de escolaridade. Consulte o site da Plataforma FITescola (<http://fitescola.dge.mec.pt>) para conhecer os valores referentes à Zona Saudável da Aptidão Física.

11,25%

Processo

11,25%

Produto

ÁREA DOS CONHECIMENTOS

Relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das CAPACIDADES MOTORAS, a COMPOSIÇÃO CORPORAL, a ALIMENTAÇÃO, o REPOUSO, a HIGIENE, AFETIVIDADE e a QUALIDADE DO MEIO AMBIENTE.

11,25%

Processo

11,25%

Produto

E - Foram atingidas competências essenciais para o 10.º ano de nível NÃO INTRODUTÓRIO em 1 matéria e nível INTRODUTÓRIO em 5 matérias. Desenvolveu capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, não alcançando os valores de referência em 4 testes e os restantes (3) enquadrados na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola para a sua idade/género. Revelou insuficientes conhecimentos e capacidade de relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável. >30%

E

E - O aluno revela necessidade de melhorar o seu conhecimento/sabedoria, cultura e informação sobre as matérias das AE (A, B, G, I, J). Revela necessidade de desenvolver a criatividade e estimular as diferentes formas de expressão (A, C, D, J). Expressa sentido crítico/análítico escasso baseado nos frágeis conhecimentos adquiridos (A, B, C, D, G). Demonstra reduzido sentido de curiosidade e investiga de forma esforcada; demonstra necessidade de desenvolver a sistematização e organização (A, B, C, D, F, H, I, J). Revela insuficiente respeito pela diferença e defende de forma escassa a igualdade e equidade (A, B, E, F, H). Comunica e questiona os assuntos em seu redor de forma tímida (A, B, D, E, F, G, H, I, J). Demonstra constrangimentos na capacidade de auto e heteroavaliação (transversal às áreas). Necessita de muita estimulação e persistência para participar, colaborar e cooperar nas atividades propostas; apresenta necessidade de desenvolver o sentido de responsabilidade e autonomia (B, C, D, E, F, G, I, J). Necessita de desenvolver o cuidado com a saúde e bem-estar de si, e dos outros (B, E, F, G).

F - Foram atingidas competências essenciais para o 10.º ano de nível NÃO INTRODUTÓRIO em 2 matérias e nível INTRODUTÓRIO em 4 matérias. Não desenvolveu capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola para a sua idade/género. Não revelou conhecimentos e capacidade de relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável. >0%

F

F - O aluno necessita de melhorar muito o seu conhecimento/sabedoria, cultura e informação sobre as matérias das AE (A, B, G, I, J). Revela elevada necessidade de desenvolver a criatividade e empenhar-se, de forma acentuada, no desenvolvimento das formas de expressão (A, C, D, J). O sentido crítico/análítico necessita de ser fortemente desenvolvido e baseado na suportado pela consolidação dos conhecimentos adquiridos (A, B, C, D, G). A curiosidade deve ser altamente estimulada e investigação proporcionada de forma persistente; demonstra necessidade premente de desenvolver a sistematização e organização (A, B, C, D, F, H, I, J). Revela necessidade primária de desenvolver o respeito pela diferença e a defesa a igualdade e equidade (A, B, E, F, H). A comunicação e o questionamento dos assuntos em seu redor necessitam de um forte desenvolvimento (A, B, D, E, F, G, H, I, J). Demonstra necessidades evidentes na capacidade de auto e heteroavaliação (transversal às áreas). A participação, colaboração e cooperação nas atividades propostas é manifestamente insuficiente e necessita estimulação permanente; apresenta necessidade primária de desenvolver o sentido de responsabilidade e autonomia (B, C, D, E, F, G, I, J). Urge desenvolver o cuidado com a saúde e bem-estar de si, e dos outros (B, E, F, G).

OPERACIONALIZAÇÃO DOS CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO EM ARTICULAÇÃO COM AS APRENDIZAGENS ESSENCIAIS (AE)

ORGANIZADOR
Domínio

AE: CONHECIMENTOS, CAPACIDADES E ATITUDES
O aluno deve ficar capaz de:

AE: CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO ORIENTADOS PARA AS APRENDIZAGENS ESSENCIAIS

95% 5%

AE: DESCRITOR DE AVALIAÇÃO ORIENTADO PARA AS APRENDIZAGENS ESSENCIAIS

AE: NÍVEL ATRIBUÍDO EM ARTICULAÇÃO COM AS AE

AE: DESCRITOR DE AVALIAÇÃO ORIENTADO PARA O PERFIL DOS ALUNO (Adequado ao nível e faixa etária do aluno)

ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS

O aluno desenvolve as competências essenciais para o 9.º ano de escolaridade de nível INTRODUÇÃO em 5 matérias e de nível ELEMENTAR numa matéria, de diferentes subáreas e de acordo com as seguintes condições de possibilidade.

- SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (duas matérias)
- SUBÁREA GINÁSTICA (uma matéria)
- SUBÁREA ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS (uma matéria)
- SUBÁREAS ATLETISMO, PATINAGEM, RAQUETAS e OUTRAS (duas matérias)
- OUTRAS

Realizar com oportunidade e correção as ações do domínio de oposição em ATIVIDADE DE COMBATE (Luta), utilizando as técnicas elementares de projeção e controlo, com segurança (própria e do opositor) e aplicando as regras, quer como executante quer como árbitro.

Realizar PERCURSOS (Orientação) elementares, utilizando técnicas de orientação e respeitando as regras de organização, participação, e de preservação da qualidade do ambiente.

Deslocar-se com segurança no MEIO AQUÁTICO (Natação), coordenando a respiração com as ações propulsivas específicas das técnicas selecionadas.

Praticar e conhecer JOGOS TRADICIONAIS POPULARES de acordo com os padrões culturais característicos.

Nota - Para o nível INTRODUÇÃO, em cinco matérias, e de nível ELEMENTAR, numa matéria de diferentes subáreas, devem observar-se as seguintes condições:

- 1 - O ATLETISMO constitui-se, simultaneamente, como uma subárea e como uma matéria.
- 2 - Nas subáreas JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS, GINÁSTICA, PATINAGEM, RAQUETAS e ATIVIDADES RÍTMICAS e EXPRESSIVAS, cada uma das opções apresentadas entre parênteses é considerada como uma matéria.
- 3 - Na subárea OUTRAS, poderá ser considerada a Natação, uma matéria da subárea de ATIVIDADES DE EXPLORAÇÃO DA NATUREZA, uma matéria da subárea dos DESPORTOS DE COMBATE ou uma matéria da subárea dos JOGOS TRADICIONAIS e POPULARES.

23,75%
Processo

23,75%
Produto

A - Foram atingidas competências essenciais para o 11.º ano de nível INTRODUÇÃO em 2 matérias e nível ELEMENTAR em 2 matérias e nível AVANÇADO em 2 matérias. Desenvolveu capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, excedendo os valores de referência na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola para a sua idade/género. Revelou conhecimentos sólidos e elevada capacidade de relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável. >90%

B - Foram atingidas competências essenciais para o 11.º ano de nível INTRODUÇÃO em 3 matérias e nível ELEMENTAR em 2 matérias e nível AVANÇADO em 1 matéria. Desenvolveu capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, excedendo os valores de referência em 2 testes e os restantes (5) enquadrados na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola para a sua idade/género. Revelou conhecimentos evidentes e boa capacidade de relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável. >70%

C - Foram atingidas competências essenciais para o 11.º ano de nível INTRODUÇÃO em 4 matérias e nível ELEMENTAR em 2 matérias. Desenvolveu capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola para a sua idade/género. Revelou conhecimentos claros e notória capacidade de relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável. >60%

D - Foram atingidas competências essenciais para o 11.º ano de nível INTRODUÇÃO em 5 matérias e nível ELEMENTAR em 1 matéria. Desenvolveu capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, não alcançando os valores de referência em 2 testes e os restantes (5) enquadrados na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola para a sua idade/género. Revelou conhecimentos capacidade de relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável. >50%

A

B

C

D

A - O aluno demonstra ser extraordinariamente conhecedor/sabedor, culto e informado sobre as matérias das AE (A, B, G, I, J). É altamente criativo e expressa-se com elevada facilidade (A, C, D, J). Revela elevado sentido crítico/análítico baseado nos sólidos conhecimentos (A, B, C, D, G). Apresenta-se altamente curioso, deseioso de saber mais e investiga de forma autónoma voluntariamente; é extraordinariamente sistemático e organizado (A, B, C, D, F, H, I, J). Apresenta-se inequivocamente respeitador da diferença e defensor da igualdade e equidade (A, B, E, F, H). Revela um excecional sentido comunicação questionando e debatendo os assuntos em seu redor (A, B, D, E, F, G, H, I, J). Demonstra notável capacidade de auto e heteroavaliação (transversal às áreas). Demonstra extraordinária participação, colaboração e cooperação nas atividades propostas; apresenta extraordinário sentido de responsabilidade e autonomia (B, C, D, E, F, G, I, J). É altamente cuidadoso com a saúde e bem-estar de si e dos outros (B, E, F, G).

B - O aluno demonstra ser elevadamente conhecedor/sabedor, culto e informado sobre as matérias das AE (A, B, G, I, J). Revela boa criatividade e expressa-se com muita facilidade (A, C, D, J). Revela distinta sentido crítico/análítico baseado nos sólidos conhecimentos (A, B, C, D, G). Apresenta-se muito curioso, deseioso de saber mais e investiga de forma autónoma; é distintamente sistemático e organizado (A, B, C, D, F, H, I, J). Apresenta-se como profundo respeitador da diferença e defensor da igualdade e equidade (A, B, E, F, H). Revela muito bom sentido comunicação questionando e debatendo os assuntos em seu redor (A, B, D, E, F, G, H, I, J). Demonstra distinta capacidade de auto e heteroavaliação (transversal às áreas). Demonstra elevado nível participação, colaboração e cooperação nas atividades propostas; revela elevado sentido de responsabilidade e autonomia (B, C, D, E, F, G, I, J). É superiormente cuidadoso com a saúde e bem-estar de si e dos outros (B, E, F, G).

C - O aluno demonstra ser bom conhecedor/sabedor, culto e informado sobre as matérias das AE (A, B, G, I, J). É frequentemente criativo e expressa-se com evidente facilidade (A, C, D, J). Revela bom sentido crítico/análítico baseado nos sólidos conhecimentos (A, B, C, D, G). Apresenta-se frequentemente curioso e investiga de forma autónoma quando convidado; é regularmente sistemático e organizado (A, B, C, D, F, H, I, J). Apresenta-se frequentemente respeitador da diferença e defensor da igualdade e equidade (A, B, E, F, H). Revela um bom sentido comunicação questionando e debatendo, frequentemente, os assuntos em seu redor (A, B, D, E, F, G, H, I, J). Demonstra boa capacidade de auto e heteroavaliação (transversal às áreas). Demonstra reconhecida participação, colaboração e cooperação nas atividades propostas; apresenta reconhecido sentido de responsabilidade e autonomia (B, C, D, E, F, G, I, J). É muito cuidadoso com a saúde e bem-estar de si e dos outros (B, E, F, G).

D - O aluno demonstra ser conhecedor/sabedor, culto e informado sobre as matérias das AE (A, B, G, I, J). Revela criatividade e expressa-se com regularidade (A, C, D, J). Expressa sentido crítico/análítico baseado nos conhecimentos adquiridos (A, B, C, D, G). Demonstra curiosidade e investiga quando é necessário; é sistemático e organizado (A, B, C, D, F, H, I, J). Revela respeito pela diferença e defende a igualdade e equidade (A, B, E, F, H). Comunica e questiona os assuntos em seu redor (A, B, D, E, F, G, H, I, J). Demonstra capacidade de auto e heteroavaliação (transversal às áreas). Participa, colabora e coopera nas atividades propostas; apresenta sentido de responsabilidade e autonomia (B, C, D, E, F, G, I, J). É cuidadoso com a saúde e bem-estar de si, e dos outros (B, E, F, G).

ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA	Desenvolver capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola, para a sua idade e sexo. Consulte o Anexo 3 (fazer hipervínculo) para conhecer as capacidades motoras a desenvolver no 9.º ano de escolaridade. Consulte o site da Plataforma FITescola (http://fitescola.dge.mec.pt) para conhecer os valores referentes à Zona Saudável da Aptidão Física.	11,88%
		Processo
		11,88%
		Produto
ÁREA DOS CONHECIMENTOS	Relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das CAPACIDADES MOTORAS, a COMPOSIÇÃO CORPORAL, a ALIMENTAÇÃO, o REPOUSO, a HIGIENE, AFETIVIDADE e a QUALIDADE DO MEIO AMBIENTE.	11,88%
		Processo
		11,88%
		Produto

E - Foram atingidas competências essenciais para o 11.º ano de nível INTRODUÇÃO em 6 matérias. Desenvolveu capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, não alcançando os valores de referência em 4 testes e os restantes (3) enquadrados na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola para a sua idade/género. Revelou insuficientes conhecimentos e capacidade de relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável. >30%	E	E - O aluno <u>revela necessidade de melhorar</u> o seu conhecimento/sabedoria, cultura e informação sobre as matérias das AE (A, B, G, I, J). Revela <u>necessidade de desenvolver</u> a criatividade e <u>estimular as diferentes formas</u> de expressão (A, C, D, J). Expressa sentido crítico/analítico <u>escasso</u> baseado nos <u>frágeis</u> conhecimentos adquiridos (A, B, C, D, G). Demonstra <u>reduzido sentido de curiosidade</u> e investiga de <u>forma esforcada</u> ; demonstra <u>necessidade de desenvolver</u> a sistematização e organização (A, B, C, D, F, H, I, J). Revela <u>insuficiente</u> respeito pela diferença e defende de <u>forma escassa</u> a igualdade e equidade (A, B, E, F, H). Comunica e questiona os assuntos em seu redor de <u>forma tímida</u> (A, B, D, E, F, G, H, I, J). Demonstra <u>constrangimentos</u> na capacidade de auto e heteroavaliação (transversal às áreas). <u>Necessita de muita estimulação e persistência</u> para participar, colaborar e cooperar nas atividades propostas; apresenta <u>necessidade de desenvolver</u> o sentido de responsabilidade e autonomia (B, C, D, E, F, G, I, J). <u>Necessita de desenvolver o cuidado</u> com a saúde e bem-estar de si, e dos outros (B, E, F, G).
F - Foram atingidas competências essenciais para o 11.º ano de nível NÃO INTRODUÇÃO em 1 matéria e nível INTRODUÇÃO em 5 matérias. Não desenvolveu capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola para a sua idade/género. Não revelou conhecimentos e capacidade de relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável. >0%	F	F - O aluno <u>necessita de melhorar muito</u> o seu conhecimento/sabedoria, cultura e informação sobre as matérias das AE (A, B, G, I, J). Revela <u>elevada necessidade de desenvolver</u> a criatividade e empenhar-se, de <u>forma acentuada</u> , no desenvolvimento das formas de expressão (A, C, D, J). O sentido crítico/analítico <u>necessita de ser fortemente desenvolvido</u> e baseado na suportado pela consolidação dos conhecimentos adquiridos (A, B, C, D, G). A curiosidade <u>deve ser altamente estimulada</u> e investigação <u>proporcionada de forma persistente</u> ; demonstra <u>necessidade premente de desenvolver</u> a sistematização e organização (A, B, C, D, F, H, I, J). Revela <u>necessidade primária de desenvolver</u> o respeito pela diferença e a defesa a igualdade e equidade (A, B, E, F, H). A comunicação e o questionamento dos assuntos em seu redor <u>necessitam de um forte desenvolvimento</u> (A, B, D, E, F, G, H, I, J). Demonstra <u>necessidades evidentes</u> na capacidade de auto e heteroavaliação (transversal às áreas). A participação, colaboração e cooperação nas atividades propostas é <u>manifestamente insuficiente e necessita estimulação permanente</u> ; apresenta <u>necessidade primária de desenvolver</u> o sentido de responsabilidade e autonomia (B, C, D, E, F, G, I, J). <u>Urge desenvolver o cuidado</u> com a saúde e bem-estar de si, e dos outros (B, E, F, G).

OPERACIONALIZAÇÃO DOS CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO EM ARTICULAÇÃO COM AS APRENDIZAGENS ESSENCIAIS (AE)

ORGANIZADOR
Domínio

AE: CONHECIMENTOS, CAPACIDADES E ATITUDES
O aluno deve ficar capaz de:

AE: CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO ORIENTADOS PARA AS APRENDIZAGENS ESSENCIAIS

95% 5%

AE: DESCRITOR DE AVALIAÇÃO ORIENTADO PARA AS APRENDIZAGENS ESSENCIAIS

AE: NÍVEL ATRIBUÍDO EM ARTICULAÇÃO COM AS AE

AE: DESCRITOR DE AVALIAÇÃO ORIENTADO PARA O PERFIL DOS ALUNO (Adequado o nível e faixa etária do aluno)

ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS

O aluno desenvolve as competências essenciais para o 9.º ano de escolaridade de nível INTRODUÇÃO em 5 matérias e de nível ELEMENTAR numa matéria, de diferentes subáreas e de acordo com as seguintes condições de possibilidade.

- SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (duas matérias)
- SUBÁREA GINÁSTICA (uma matéria)
- SUBÁREA ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS (uma matéria)
- SUBÁREAS ATLETISMO, PATINAGEM, RAQUETAS e OUTRAS (duas matérias)
- OUTRAS

Realizar com oportunidade e correção as ações do domínio de oposição em ATIVIDADE DE COMBATE (Luta), utilizando as técnicas elementares de projeção e controlo, com segurança (própria e do opositor) e aplicando as regras, quer como executante quer como árbitro.

Realizar PERCURSOS (Orientação) elementares, utilizando técnicas de orientação e respeitando as regras de organização, participação, e de preservação da qualidade do ambiente.

Deslocar-se com segurança no MEIO AQUÁTICO (Natação), coordenando a respiração com as ações propulsivas específicas das técnicas selecionadas.

Praticar e conhecer JOGOS TRADICIONAIS POPULARES de acordo com os padrões culturais característicos.

Nota - Para o nível INTRODUÇÃO, em cinco matérias, e de nível ELEMENTAR, numa matéria de diferentes subáreas, devem observar-se as seguintes condições:

- 1 - O ATLETISMO constitui-se, simultaneamente, como uma subárea e como uma matéria.
- 2 - Nas subáreas JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS, GINÁSTICA, PATINAGEM, RAQUETAS e ATIVIDADES RÍTMICAS e EXPRESSIVAS, cada uma das opções apresentadas entre parênteses é considerada como uma matéria.
- 3 - Na subárea OUTRAS, poderá ser considerada a Natação, uma matéria da subárea de ATIVIDADES DE EXPLORAÇÃO DA NATUREZA, uma matéria da subárea dos DESPORTOS DE COMBATE ou uma matéria da subárea dos JOGOS TRADICIONAIS e POPULARES.

23,75%
Processo

23,75%
Produto

A - Foram atingidas competências essenciais para o 12.º ano de nível INTRODUÇÃO em 1 matérias e nível ELEMENTAR em 2 matérias e nível AVANÇADO em 3 matérias. Desenvolveu capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, excedendo os valores de referência na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola para a sua idade/género. Revelou conhecimentos sólidos e elevada capacidade de relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável. >90%

A

B - Foram atingidas competências essenciais para o 12.º ano de nível INTRODUÇÃO em 2 matérias e nível ELEMENTAR em 2 matérias e nível AVANÇADO em 2 matérias. Desenvolveu capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, excedendo os valores de referência em 2 testes e os restantes (5) enquadrados na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola para a sua idade/género. Revelou conhecimentos evidentes e boa capacidade de relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável. >70%

B

C - Foram atingidas competências essenciais para o 12.º ano de nível INTRODUÇÃO em 3 matérias e nível ELEMENTAR em 3 matérias. Desenvolveu capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola para a sua idade/género. Revelou conhecimentos claros e notória capacidade de relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável. >60%

C

D - Foram atingidas competências essenciais para o 12.º ano de nível INTRODUÇÃO em 4 matérias e nível ELEMENTAR em 2 matérias. Desenvolveu capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, não alcançando os valores de referência em 2 testes e os restantes (5) enquadrados na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola para a sua idade/género. Revelou conhecimentos capacidade de relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável. >50%

D

A - O aluno demonstra ser extraordinariamente conhecedor/sabedor, culto e informado sobre as matérias das AE (A, B, G, I, J). É altamente criativo e expressa-se com elevada facilidade (A, C, D, J). Revela elevado sentido crítico/análítico baseado nos sólidos conhecimentos (A, B, C, D, G). Apresenta-se altamente curioso, deseioso de saber mais e investiga de forma autónoma voluntariamente; é extraordinariamente sistemático e organizado (A, B, C, D, F, H, I, J). Apresenta-se inequivocamente respeitador da diferença e defensor da igualdade e equidade (A, B, E, F, H). Revela um excecional sentido comunicação questionando e debatendo os assuntos em seu redor (A, B, D, E, F, G, H, I, J). Demonstra notável capacidade de auto e heteroavaliação (transversal às áreas). Demonstra extraordinária participação, colaboração e cooperação nas atividades propostas; apresenta extraordinário sentido de responsabilidade e autonomia (B, C, D, E, F, G, I, J). É altamente cuidadoso com a saúde e bem-estar de si e dos outros (B, E, F, G).

B - O aluno demonstra ser elevadamente conhecedor/sabedor, culto e informado sobre as matérias das AE (A, B, G, I, J). Revela boa criatividade e expressa-se com muita facilidade (A, C, D, J). Revela distinta sentido crítico/análítico baseado nos sólidos conhecimentos (A, B, C, D, G). Apresenta-se muito curioso, deseioso de saber mais e investiga de forma autónoma; é distintamente sistemático e organizado (A, B, C, D, F, H, I, J). Apresenta-se como profundo respeitador da diferença e defensor da igualdade e equidade (A, B, E, F, H). Revela muito bom sentido comunicação questionando e debatendo os assuntos em seu redor (A, B, D, E, F, G, H, I, J). Demonstra distinta capacidade de auto e heteroavaliação (transversal às áreas). Demonstra elevado nível participação, colaboração e cooperação nas atividades propostas; revela elevado sentido de responsabilidade e autonomia (B, C, D, E, F, G, I, J). É superiormente cuidadoso com a saúde e bem-estar de si e dos outros (B, E, F, G).

C - O aluno demonstra ser bom conhecedor/sabedor, culto e informado sobre as matérias das AE (A, B, G, I, J). É frequentemente criativo e expressa-se com evidente facilidade (A, C, D, J). Revela bom sentido crítico/análítico baseado nos sólidos conhecimentos (A, B, C, D, G). Apresenta-se frequentemente curioso e investiga de forma autónoma quando convidado; é regularmente sistemático e organizado (A, B, C, D, F, H, I, J). Apresenta-se frequentemente respeitador da diferença e defensor da igualdade e equidade (A, B, E, F, H). Revela um bom sentido comunicação questionando e debatendo, frequentemente, os assuntos em seu redor (A, B, D, E, F, G, H, I, J). Demonstra boa capacidade de auto e heteroavaliação (transversal às áreas). Demonstra reconhecida participação, colaboração e cooperação nas atividades propostas; apresenta reconhecido sentido de responsabilidade e autonomia (B, C, D, E, F, G, I, J). É muito cuidadoso com a saúde e bem-estar de si e dos outros (B, E, F, G).

D - O aluno demonstra ser conhecedor/sabedor, culto e informado sobre as matérias das AE (A, B, G, I, J). Revela criatividade e expressa-se com regularidade (A, C, D, J). Expressa sentido crítico/análítico baseado nos conhecimentos adquiridos (A, B, C, D, G). Demonstra curiosidade e investiga quando é necessário; é sistemático e organizado (A, B, C, D, F, H, I, J). Revela respeito pela diferença e defende a igualdade e equidade (A, B, E, F, H). Comunica e questiona os assuntos em seu redor (A, B, D, E, F, G, H, I, J). Demonstra capacidade de auto e heteroavaliação (transversal às áreas). Participa, colabora e coopera nas atividades propostas; apresenta sentido de responsabilidade e autonomia (B, C, D, E, F, G, I, J). É cuidadoso com a saúde e bem-estar de si, e dos outros (B, E, F, G).

ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA	Desenvolver capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola, para a sua idade e sexo. Consulte o Anexo 3 (fazer hipervigilância) para conhecer as capacidades motoras a desenvolver no 9.º ano de escolaridade. Consulte o site da Plataforma FITescola (http://fitescola.dge.mec.pt) para conhecer os valores referentes à Zona Saudável da Aptidão Física.	11,88%	Processo
		11,88%	Produto
ÁREA DOS CONHECIMENTOS	Relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das CAPACIDADES MOTORAS, a COMPOSIÇÃO CORPORAL, a ALIMENTAÇÃO, o REPOUSO, a HIGIENE, AFETIVIDADE e a QUALIDADE DO MEIO AMBIENTE.	11,88%	Processo
		11,88%	Produto

E - Foram atingidas competências essenciais para o 12.º ano de nível INTRODUÇÃO em 5 matérias e nível ELEMENTAR em 1 matérias.
Desenvolveu capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, não alcançando os valores de referência em 4 testes e os restantes (3) enquadrados na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola para a sua idade/género.
Revelou insuficientes conhecimentos e capacidade de relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável. >30%

E

E - O aluno revela necessidade de melhorar o seu conhecimento/sabedoria, cultura e informação sobre as matérias das AE (A, B, G, I, J). Revela necessidade de desenvolver a criatividade e estimular as diferentes formas de expressão (A, C, D, J). Expressa sentido crítico/analítico escasso baseado nos frágeis conhecimentos adquiridos (A, B, C, D, G). Demonstra reduzido sentido de curiosidade e investiga de forma esforcada; demonstra necessidade de desenvolver a sistematização e organização (A, B, C, D, F, H, I, J). Revela insuficiente respeito pela diferença e defende de forma escassa a igualdade e equidade (A, B, E, F, H). Comunica e questiona os assuntos em seu redor de forma tímida (A, B, D, E, F, G, H, I, J). Demonstra constrangimentos na capacidade de auto e heteroavaliação (transversal às áreas). Necessita de muita estimulação e persistência para participar, colaborar e cooperar nas atividades propostas; apresenta necessidade de desenvolver o sentido de responsabilidade e autonomia (B, C, D, E, F, G, I, J). Necessita de desenvolver o cuidado com a saúde e bem-estar de si, e dos outros (B, E, F, G).

F - Foram atingidas competências essenciais para o 12.º ano de nível INTRODUÇÃO em 6 matérias.
Não desenvolveu capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola para a sua idade/género.
Não revelou conhecimentos e capacidade de relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável. >0%

F

F - O aluno necessita de melhorar muito o seu conhecimento/sabedoria, cultura e informação sobre as matérias das AE (A, B, G, I, J). Revela elevada necessidade de desenvolver a criatividade e empenhar-se, de forma acentuada, no desenvolvimento das formas de expressão (A, C, D, J). O sentido crítico/analítico necessita de ser fortemente desenvolvido e baseado na suportado pela consolidação dos conhecimentos adquiridos (A, B, C, D, G). A curiosidade deve ser altamente estimulada e investigação proporcionada de forma persistente; demonstra necessidade premente de desenvolver a sistematização e organização (A, B, C, D, F, H, I, J). Revela necessidade primária de desenvolver o respeito pela diferença e a defesa a igualdade e equidade (A, B, E, F, H). A comunicação e o questionamento dos assuntos em seu redor necessitam de um forte desenvolvimento (A, B, D, E, F, G, H, I, J). Demonstra necessidades evidentes na capacidade de auto e heteroavaliação (transversal às áreas). A participação, colaboração e cooperação nas atividades propostas é manifestamente insuficiente e necessita estimulação permanente; apresenta necessidade primária de desenvolver o sentido de responsabilidade e autonomia (B, C, D, E, F, G, I, J). Urge desenvolver o cuidado com a saúde e bem-estar de si, e dos outros (B, E, F, G).