

<p>Conhecimentos, capacidades e atitudes (100%)</p>	<p>Área das atividades física (60%)</p>	<p>SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (uma matéria) 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.</p> <p>SUBÁREA GINÁSTICA (uma matéria) Compor, realizar e analisar da ginástica (Solo, Aparelhos, Rítmica), as destrezas elementares de acrobacia, dos saltos, do solo e dos outros aparelhos, em esquemas individuais e/ou de grupo, aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação, e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios.</p> <p>SUBÁREAS ATLETISMO, PATINAGEM, ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS e OUTRAS (três matérias) Realizar e analisar do atletismo, saltos, corridas, lançamentos e marcha, cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento, não só como praticante, mas também como juiz. Patinar adequadamente em combinações de deslocamentos e paragens, com equilíbrio e segurança, realizando as ações técnico-táticas elementares em jogo e as ações de composições rítmicas «individuais» e «a pares». Apreciar, compor e realizar, nas atividades rítmicas expressivas (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais), sequências de elementos técnicos elementares, em coreografias individuais e ou em grupo, aplicando os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições.</p> <p>OUTRAS Realizar com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares, nos jogos de raquetes (Badminton, Tênis e Tênis 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 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. Nota - Para o nível introdução, em cinco matérias 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 e atividades rítmicas expressivas, cada uma das opções apresentadas entre parênteses é considerada como uma matéria. 3 - Nas OUTRAS, poderá ser considerada uma matéria dos jogos de raquetes, a Natação, uma matéria da subárea de atividades de exploração da natureza ou uma matéria da subárea dos desportos de combate.</p>	<p>A;B;C;D;G ;H;I;J.</p>	<p>O aluno é capaz, com muita facilidade, de...</p>	<p>O aluno é capaz, com facilidade, de...</p>	<p>O aluno é capaz, de...</p>	<p>O aluno é capaz, com dificuldade, de...</p>	<p>O aluno ainda não é capaz, de...</p>	<p>1- Avaliação inicial prática; 2-Avaliação formativa; 3-Avaliação teórica; 4-Portefólio; 5-Grelhas de observação direta; 6-Avaliação final prática. 7-Outros.</p>
--	--	---	------------------------------	--	--	--------------------------------------	---	--	---

	Área da Aptidão Física (20%)	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, tendo em consideração as capacidades motoras, resistência, força, velocidade e destreza.							
	Área dos Conhecimentos (20%)	Relacionar aptidão física e saúde e identificar os benefícios conhecimentos 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.							

* A lista apresentada é apenas sugestão que ficarão ao critério de cada professor, de acordo com a turma e adequados sempre às necessidades dos alunos, tendo em conta o decreto lei 54/2018.

* Deverão ser utilizados no mínimo 2 instrumentos diferentes em cada período letivo; cada instrumento não pode valer mais de 30%.

<p>Conhecimentos, capacidades e atitudes (100%)</p>	<p>Área das atividades física (60%)</p>	<p>O aluno desenvolve as competências essenciais para o 8º ano de escolaridade de nível INTRODUÇÃO em 6 matérias, de diferentes subáreas e de acordo com as seguintes condições de possibilidade.</p> <p>SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (uma matéria) 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.</p> <p>SUBÁREA GINÁSTICA (uma matéria) Compor, realizar e analisar da ginástica (Solo, Aparelhos, Rítmica), as destrezas elementares de acrobacia, dos saltos, do solo e dos outros aparelhos, em esquemas individuais e/ou de grupo, aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação, e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios.</p> <p>SUBÁREAS ATLETISMO, PATINAGEM, ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS e OUTRAS (quatro matérias) Realizar e analisar do atletismo, saltos, corridas, lançamentos e marcha, cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento, não só como praticante, mas também como juiz. Patinar adequadamente em combinações de deslocamentos e paragens, com equilíbrio e segurança, realizando as ações técnico-táticas elementares em jogo e as ações de composições rítmicas «individuais» e «a pares». Apreciar, compor e realizar, nas atividades rítmicas expressivas (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais), seqüências de elementos técnicos elementares, em coreografias individuais e ou em grupo, aplicando os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições.</p> <p>OUTRAS 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 com oportunidade e correção as ações do domínio de oposição em atividades 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. Nota - Para o nível introdução, em seis matérias 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 e atividades rítmicas expressivas, cada uma das opções apresentadas entre parênteses é considerada como uma matéria.</p>	<p>A;B;C;D;G ;H;I;J.</p>	<p>O aluno é capaz, com muita facilidade, de...</p>	<p>O aluno é capaz, com facilidade, de...</p>	<p>O aluno é capaz, de...</p>	<p>O aluno é capaz, com dificuldade, de...</p>	<p>O aluno ainda não é capaz, de...</p>	<p>1- Avaliação inicial prática; 2-Avaliação formativa; 3-Avaliação teórica; 4-Portefólio; 5-Grelhas de observação direta; 6-Avaliação final prática. 7-Outros.</p>
		<p>3 - Nas OUTRAS, poderá ser considerada uma matéria dos jogos de raquetes, a Natação, uma matéria da subárea de atividades de exploração natureza ou uma matéria da subárea dos desportos de combate.</p>							

<p>Área da Aptidão Física (20%)</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, tendo em consideração as capacidades motoras, resistência, força, velocidade e destreza.</p>							
<p>Área dos Conhecimentos (20%)</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 paralímpicos, compreendendo a sua importância para a construção de uma sociedade moderna e inclusiva.</p>							

* A lista apresentada é apenas sugestão que ficarão ao critério de cada professor, de acordo com a turma e adequados sempre às necessidades dos alunos, tendo em conta o decreto lei 54/2018.

* Deverão ser utilizados no mínimo 2 instrumentos diferentes em cada período letivo; cada instrumento não pode valer mais de 30%.

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO EDUCAÇÃO FÍSICA
9º ANO

Competências	Domínios	Aprendizagens essenciais	Descritores do perfil do aluno	Descritores do desempenho					Instrumentos de avaliação
				5	4	3	2	1	

<p>Conhecimentos, capacidades e atitudes (100%)</p>	<p>Área das atividades física (60%)</p>	<p>O aluno desenvolve as competências essenciais para o 9ºano 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> <p>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.</p> <p>SUBÁREA GINÁSTICA (uma matéria) Compor, realizar e analisar da ginástica (Solo, Aparelhos, Rítmica), as destrezas elementares de acrobacia, dos saltos, do solo e dos outros aparelhos, em esquemas individuais e/ou de grupo, aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação, e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios.</p> <p>SUBÁREA ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS (uma matéria) Apreciar, compor e realizar, nas atividades rítmicas expressivas (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais), sequências de elementos técnicos elementares, em coreografias individuais e ou em grupo, aplicando os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições.</p> <p>SUBÁREAS ATLETISMO, PATINAGEM, RAQUETAS e OUTRAS (duas matérias) Realizar e analisar do atletismo, saltos, corridas, lançamentos e marcha, cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento, não só como praticante, mas também como juiz Patinar adequadamente em combinações de deslocamentos e paragens, com equilíbrio e segurança, realizando as ações técnico-táticas elementares em jogo e as ações de composições rítmicas «individuais» e «a pares». Realizar com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares, nos jogos de raquetes (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.</p> <p>OUTRAS Realizar com oportunidade e correção as ações do domínio de oposição em atividades 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:</p>	<p>A;B;C;D;G ;H;I;J.</p>	<p>O aluno é capaz, com muita facilidade, de...</p>	<p>O aluno é capaz, com facilidade, de...</p>	<p>O aluno é capaz, de...</p>	<p>O aluno é capaz, com dificuldade, de...</p>	<p>O aluno ainda não é capaz, de...</p>	<p>1- Avaliação inicial prática; 2-Avaliação formativa; 3-Avaliação teórica; 4-Portefólio; 5-Grelhas de observação direta; 6-Avaliação final prática. 7-Outros.</p>
		<p>1 - O atletismo constitui-se, simultaneamente, como uma subárea e como uma matéria. 2 - Nas subáreas jogos desportivos coletivos, ginástica, patinagem, raquetes 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 de</p>							

Área da Aptidão Física (20%)	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, tendo em consideração as capacidades motoras, resistência, força, velocidade e destreza.							
Área dos Conhecimentos (20%)	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.							

* A lista apresentada é apenas sugestão que ficarão ao critério de cada professor, de acordo com a turma e adequados sempre às necessidades dos alunos, tendo em conta o decreto lei 54/2018.

* Deverão ser utilizados no mínimo 2 instrumentos diferentes em cada período letivo; cada instrumento não pode valer mais de 30%.