

1) ÁREAS / MATÉRIAS PROGRAMÁTICAS

| ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS DESPORTIVAS | ENSINO BÁSICO – 3º CICLO | | | ENSINO SECUNDÁRIO | |
|---|---|--|--|-------------------|---|
| | | | 9º Ano | | 12º Ano |
| Subárea Jogos Desportivos Coletivos | | | Voleibol (PA)* | | Voleibol - (A)* |
| | | | Andebol (E)* | | Andebol - (A)* |
| | | | Basquetebol (PA)* | | Basquetebol - (A)* |
| Subárea Ginástica | | | Solo (PA)* | | Acrobática - (A)* |
| | | | Aparelhos (E/PA)* | | Aparelhos - (A)* |
| Subárea Atividades Rítmicas Expressivas | | | Dança (E)* | | Dança - (A)* |
| Subárea Atletismo | | | Atletismo (corridas, saltos e lançamentos) (PA)* | | Atletismo (corridas, saltos e lançamentos) - (A)* |
| Outras | | | Badminton (E)* | | Badminton - (A)* |
| | | | ----- | | Orientação – (A)* |
| ÁREA DOS CONHECIMENTOS | Aprendizagem dos processos de desenvolvimento e manutenção da condição física e dos conhecimentos relativos à interpretação e participação nas estruturas e fenómenos sociais extra escolares, no seio dos quais se realizam as atividades físicas. | | | | |
| ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA | Desenvolvimento das capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do Programa Fitescola, para a sua idade e sexo. | | | | |

- ()* - Níveis . (PI)-Parte do Introdutório; (I)-Introdutório, (PE)-Parte do Elementar; (E)-Elementar ; (PA)-Parte do Avançado e (A)-Avançado, níveis a adaptar de acordo com a avaliação diagnóstica dos alunos.

- Além destas matérias, podem ainda ser abordados outras, desde que enquadradas no Programa nacional de Educação Física.

| | |
|--------------------|--|
| ATITUDES E VALORES | <p>Responsabilidade- (3C= 6%; Sec= 5%) – Assiduidade e pontualidade. Material necessário. Cumprimento dos prazos das tarefas. Realização adequada da sua autoavaliação.</p> <p>Comportamento- (3C= 12%; Sec= 10%) – Cumprimento das regras estabelecidas. Apresentação de uma atitude correta perante os outros. Atenção na aula.</p> <p>Participação na aula- (3C= 12%; Sec= 10%) – Intervenção adequada e pertinente. Demonstração de interesse e participação nas atividades propostas. Responsabilização pela realização das tarefas.</p> |
|--------------------|--|

2) CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO ESPECÍFICOS - EDUCAÇÃO FÍSICA -- 3º CICLO e ENSINO SECUNDÁRIO

A – Área das Atividades Físicas - (SABER FAZER)

B – Área dos Conhecimentos – (CONHECER/APLICAR)

C – Área da Aptidão Física – (MELHORAR CAPACIDADES)

D – Atitudes e Valores -- (SABER ATITUDINAL)

| DOMÍNIOS | | | 9º ano | | 12º ano |
|-------------------------------|--|--|--------|--|------------------|
| A – Atividades Físicas | | | 45% | | 50% (10 valores) |
| B – Conhecimentos | | | 10% | | 10% (2 valores) |
| C – Aptidão Física | | | 15% | | 15% (3 valores) |
| D – Atitudes e Valores | | | 30% | | 25% (5 valores) |

O cálculo da classificação final de período será da seguinte forma:

$$\text{Classificação Final} = A + B + C + D$$

3) INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO

| | |
|---|---|
| ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS DESPORTIVAS | Grelhas de observação /fichas de registo com base na observação direta de : exercícios critério; jogo reduzido/ formal; desempenho e arbitragem; exercícios gímnicos/ sequência gímnica; sequência/composição coreográfica. |
| ÁREA DOS CONHECIMENTOS | Fichas/Teste escrito ou Trabalho de pesquisa (fora da aula); Questionário oral. |
| ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA | Tabelas de avaliação (tendo como referência a bateria de testes FITescola). |
| ATITUDES E VALORES | Fichas de registo com base na observação direta de comportamentos manifestados. |