

DEPARTAMENTO DE EXPRESSÕES	Educação Física – Grupo Disciplinar - 620	Ano – 12º ano – C.D.C. – 3º ano
----------------------------	---	---------------------------------

ORGANIZADOR Domínio	CONHECIMENTOS, CAPACIDADES E ATITUDES O aluno deve ser capaz de:	DESCRITORES DO PERFIL DO ALUNO
<p>ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS * (MÓDULOS 11; 12; 13 e 14)</p>	<p>O aluno desenvolve as competências essenciais para o 12º ano de escolaridade de <b>nível INTRODUÇÃO nas seguintes subáreas:</b></p>	
	<p><b>SUBAREÁ GINÁSTICA (MÓDULO 12)</b></p> <p>Compor, realizar e analisar as destrezas elementares de Ginástica Acrobática em esquemas a pares, aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação, e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios.</p>	<p>Participativo/ colaborador/ Cooperant e Responsável/ Autónomo (B, C, D, E, F, J) Respeitador da diferença (A, B, E, F, H) Cuidador de si e do outro (B, E, F, G)</p>
	<p><b>SUBAREÁ ATIVIDADES EXPLORAÇÃO DA NATUREZA (MÓDULO 13)</b></p> <p>Realizar atividades de exploração da natureza, aplicando correta e adequadamente as técnicas específicas, respeitando as regras de organização, participação e, especialmente, de preservação da qualidade do ambiente.</p>	<p>Crítico/Analítico (A, B, C, D, G) Questionador e Comunicador (A, B, D, E, G, H, I, J)  Autoavaliador / Heteroavaliador (transve às áreas)  Criativo /Expressivo (A, C, D, J)</p>
	<p>O aluno desenvolve as competências essenciais para o 12º ano de escolaridade de <b>nível ELEMENTAR nas seguintes subáreas:</b></p>	
	<p><b>SUBAREÁ JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (MÓDULO 11)</b></p> <p>Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo, de um Jogo Desportivo Coletivo (Basquetebol, Futebol, Andebol ou Voleibol), introduzido no 1º ou 2º ano 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><b>SUBAREÁ DANÇA (MÓDULO 14)</b></p> <p>Apreciar, compor e realizar sequências de elementos técnicos de uma Dança introduzida no 1º ano ou 2º ano em coreografias individuais e de grupo, correspondendo aos critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições.</p>	

<b>ÁREA DO DESENVOLVIMENTO DAS CAPACIDADES MOTORAS CONDICIONAIS E COORDENATIVAS (MÓDULO 16)</b>	<p>Elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas gerais, particularmente de resistência geral de longa e média duração, da força resistente, da força rápida, da flexibilidade, da velocidade de reação simples e complexa, de execução, de deslocamento e de resistência, e das destrezas geral e específica enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola, para a sua idade e sexo, em <b>5 provas de Aptidão Física</b>:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <b>Aptidão aeróbia:</b> Vaivém.</li> <li>○ <b>Aptidão Neuromuscular:</b> Abdominais, Flexões de braços, Impulsão horizontal e Flexibilidade dos membros inferiores.</li> </ul>	
<b>ÁREA DO CONHECIMENTO SOBRE DESENVOLVIMENTO DA CONDIÇÃO FÍSICA E CONTEXTOS ONDE SE REALIZAM AS ATIVIDADES FÍSICAS (MÓDULO 15)</b>	<p>Identificar o tipo de atividade (desportiva ou outra) cuja prática pode, face à especificidade do esforço solicitado, contribuir para a melhoria da sua aptidão física, tendo em vista a sua saúde e bem-estar.</p> <p>Analisar criticamente aspetos gerais da ética na participação nas atividades físicas desportivas, relacionando os interesses sociais, económicos, políticos e outros com algumas das suas “perversões”, nomeadamente:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. a especialização precoce e a exclusão ou abandono precoces;</li> <li>2. a dopagem e os riscos de vida e/ou saúde;</li> <li>3. a violência (dos espectadores e dos atletas) versus espírito desportivo;</li> <li>4. a corrupção versus verdade desportiva.</li> </ol>	<p>Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado (A, G, I, J)  Indagador/ Investigador/ Sistematizador/ organizador  (A, B, C, D, F, H, I, j)  Respeitador da diferença (A, B, E, F, H)  Questionador e Comunicador (A, B, D, E, G, H, I, J)  Participativo/ colaborador/ Cooperante/ Responsável/ Autónomo (B, C, D, E, F, G, J)  Autoavaliador / Heteroavaliador (transversal às áreas)</p>
<b>ATITUDES E VALORES</b>	<p><b>Responsabilidade- (5%)</b> – Assiduidade e pontualidade. Material necessário. Cumprimento dos prazos das tarefas. Realização adequada sua autoavaliação.</p> <p><b>Comportamento- (10%)</b> – Cumprimento das regras estabelecidas. Apresentação de uma atitude correta perante os outros. Atenção na aula.</p> <p><b>Participação na aula- (10%)</b> – Intervenção adequada e pertinente. Demonstração de interesse e participação nas atividades propostas. Responsabilização pela realização das tarefas.</p>	<p>Respeitador da diferença (A, B, E, F, H)  Questionador e Comunicador (A, B, D, E, G, H, I, J)  Participativo/ colaborador/ Cooperante/ Responsável/ Autónomo (B, C, D, E, F, G, J)  Cuidador de si e do outro (B, E, F, G)</p>

\* No âmbito das Aprendizagens Essenciais, tendo em consideração o nível de competências a adquirir pelo aluno, prescritas na Área das Atividades Física (12º ano) e no cumprimento da especificidade do Programa de Educação Física para os cursos de Dupla Certificação, o professor seleciona as matérias a abordar, de diferentes subáreas, em função da Avaliação Inicial da turma e da disponibilidade de Instalações/Equipamentos/ Materiais.

### INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO

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

### CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO ESPECÍFICOS

- EDUCAÇÃO FÍSICA - 12º ano - ENSINO SECUNDÁRIO - AVALIAÇÃO MODULAR – 3º ano Cursos de Dupla Certificação -

**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	Módulo – 11 -	Módulo - 12 -	Módulo – 13 -	Módulo – 14 -	Módulo – 15 -	Módulo – 16
<b>A – Atividades Físicas</b>	65% (13 valores)	65% (13 valores)	65% (13 valores)	65% (13 valores)		
<b>B – Conhecimentos</b>	10% (2 valores)	10% (2 valores)	10% (2 valores)	10% (2 valores)	75% (15 valores)	
<b>C – Aptidão Física</b>						75% (15 valores)
<b>D – Atitudes e Valores</b>	25% (5 valores)	25% (5 valores)	25% (5 valores)	25% (5 valores)	25% (5 valores)	25% (5 valores)

---

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

**Classificação Final: Módulos (11; 12; 13; 14)=(A+B+D); Módulo 15 =(B+D); Módulo 16 = (C+D)**