Domínios	Ponderação	AE: Conhecimentos, Capacidades e Atitudes (ACPA)	Instrumentos Avaliação
Área das atividades físicas	50%	**<u>Subárea Jogos Desportivos Coletivos (Basquetebol e Voleibol)</u> (B, C, D, E, F, G, I, J)** Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo, realizando com oportunidade e correção as ações técnico-táticas ofensivas elementares, aplicando as regras. Realiza com correção as ações técnicas defensivas elementares, aplicando as regras. **<u>Subárea Ginástica (Solo/ Minitrampolim)</u> (B, C, D, E, F, G, H, I, J)** Realizar e analisar as destrezas elementares dos saltos no minitrampolim, bem como as destrezas elementares de Solo, aplicando os critérios de correção técnica e de expressão. **<u>Subárea Atividades Rítmicas Expressivas, Atletismo</u> (B, C, D, E, F, G/H, I, J)** **Na ARE**: Compor e aplicar os fundamentos da movimentação rítmica e expressiva, em função do espaço, do tempo e do corpo, em coreografias individuais e/ou em grupo (2 a 4 alunos). **No Atletismo**: Realizar e analisar nas disciplinas de Corridas (Barreiras), Saltos (Salto em comprimento e Triplo salto) e Lançamento do Peso (pega e arremesso do engenho), cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento, não só como praticante, mas também como juiz. **<u>Subáreas "Outros" (Badminton)</u> (B, C, D, E, F, G, I, J)** Realizar com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares, garantindo a iniciativa e ofensividade, aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro.	Testes teóricos / Fichas de trabalho / Questionários Observação em aula (empenho e respeito/ em contexto de exercícios critério / formas jogadas) Análise Testes de aptidão física Autoavaliação Tarefas Orientadas / Projetos Inquérito oral Lista de verificação Avaliações Práticas Outros
Área da aptidão física	30%	O aluno deve ser capaz de desenvolver capacidades motoras, evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadrados na zona saudável da aptidão física para a sua idade e sexo, com correção e domínio da postura corporal. (**B, E, F, G, J)**	
Área do conhecimento	20%	Relacionar a Aptidão Física e Saúde, identificando os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras**. (B, E, F, G)** Identificar e interpretar os valores Olímpicos e Paraolímpicos, compreendendo a sua importância para a construção de uma sociedade moderna e inclusiva. (**B, E, F, G, I)** Conhecer os regulamentos das diferentes atividades físicas e desportivas. (**B, E, F, G, I)** Conhecer e utilizar a terminologia específica da disciplina. (**B, E, F, G, I)**	

ÁREAS DE COMPETÊNCIAS DO PERFIL DOS ALUNOS (ACPA)

