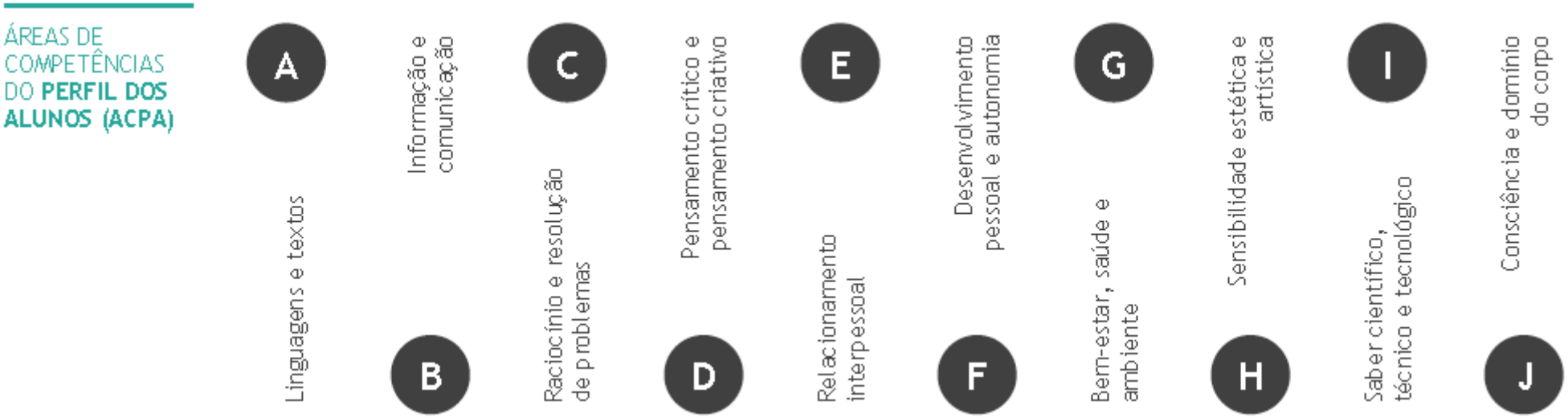
Descritores do Perfil dos Alunos	Domínios	Ponderação	AE: Conhecimentos, Capacidades e Atitudes	Descritores do desempenho					Instrumentos de Avaliação
				1	2	3	4	5	
Conhecedor, Sabedor, Culto e Informado (A, B, G, I, J) Criativo /Expressivo (A, C, D, J) Crítico/Analítico (A, B, C, D, G) Indagador/ Investigador/ 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, F, G, H, I, J)	Áreas das actividades e aptidão físicas	85%	<u>Subárea Jogos Desportivos Coletivos</u> JDC (conteúdos transversais)/Basquetebol. Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo, nos Jogos Desportivos Coletivos, 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. <u>Subárea Ginástica (1 matéria) - Solo</u> Realizar e analisar as destrezas elementares do solo em esquemas individuais, aplicando os critérios de correcção técnica, expressão e combinação, e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios. <u>Subárea atletismo, atividades rítmicas expressivas e outras</u> (3 matérias) Realizar e analisar, no **Atletismo**, saltos, corridas e lançamentos, cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento, não só como praticante, mas também como juiz. Nas **ARE** aplicar e realizar, sequências de elementos técnicos elementares em coreografias individuais e ou em grupo. <u>Outras:</u> Realizar com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares, nos **JOGOS DE RAQUETES** (**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 ATIVIDADE DE COMBATE (**Esgrima**), utilizando as técnicas elementares com segurança e aplicando as regras quer como executante quer como árbitro. O aluno deve ser capaz de evidenciar na realização das actividades das diferentes subáreas, níveis de aptidão muscular e aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola.	**Muito Insuficiente**	**Insuficiente**	**Suficiente**	**Bom**	**Muito Bom**	Teste Escrito Avaliações Práticas Registo de observações Outros

Descritores do Perfil dos Alunos	Domínios	Ponderação	AE: Conhecimentos, Capacidades e Atitudes	Descritores do desempenho					Instrumentos de Avaliação
				1	2	3	4	5	
Autoavaliador/ Heteroavaliador (transversal às áreas) Participativo/ colaborador/ Cooperante/ Responsável/ Autónomo (B, C, D, E, F, G, I. J) Cuidador de si e do outro (B, E, F, G)	Área do conhecimento	15%	Relacionar a Aptidão Física e Saúde e identificar os benefícios para a saúde. Interpretar a dimensão sociocultural dos desportos na atualidade e ao longo dos tempos, nomeadamente os jogos olímpicos e paralímpicos. Abordagem às outras competições desportivas internacionais. Conhecer os regulamentos das diferentes actividades físicas e desportivas. Conhecer e utilizar a terminologia específica da disciplina.						



DESCRITORES DE DESEMPENHO:

Muito Bom	Mobiliza de forma sistemática e consistente capacidades, conhecimentos e atitudes, correspondendo com raras exceções a todos os indicadores de avaliação da disciplina.
Bom	Mobiliza de forma consistente capacidades, conhecimentos e atitudes, correspondendo com adequação aos indicadores de avaliação da disciplina.
Suficiente	Mobiliza de forma regular capacidades, conhecimentos e atitudes, ainda que apresente algumas lacunas ao nível dos indicadores de avaliação da disciplina.
Insuficiente	Não mobiliza de forma regular capacidades, conhecimentos e atitudes apresentando bastantes lacunas ao nível dos indicadores de avaliação da disciplina.
Muito Insuficiente	Não mobiliza de forma sistemática capacidades, conhecimentos e atitudes, apresentando graves lacunas em todos os indicadores de avaliação da disciplina.

Nota sobre o número de instrumentos de avaliação a aplicar em cada período:

- Um teste escrito por período letivo.
- Relativamente a instrumentos de avaliação distintos de teste escrito, são aplicados em cada período letivo, no mínimo:
  . uma avaliação prática por subárea
  . registo de observações.