| **Descritores do Perfil dos Alunos** | **Domínios** | **Ponderação** | **AE: Conhecimentos, Capacidades e Atitudes** | **Descritores do desempenho** | **Instrumentos de Avaliação** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **0 a 4** | **5 a 9** | **10 a 13** | **14 a 17** | **18 a 20** |
| 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)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) | Áreas das atividades e aptidão físicas | 50% | **Subárea Jogos Desportivos Coletivos** (Modalidades trabalhadas na aula)Identificar e registar os gestos técnicos e perceber as ações técnico táticas trabalhadas na aula. **Subárea Ginástica** (Matérias trabalhadas na aula)Criar, registar e divulgar trabalhos inovadores na área da ginástica de grupo (que envolva a relação entre os ginastas e movimentos gímnicos).**Subárea atividades rítmicas expressivas** (Matérias trabalhadas na aula). Observar, apreciar e registar de forma critica as ações desenvolvidas pelos colegas. **Subáreas atletismo, raquetas e outras** (Matérias trabalhadas na aula).Analisar, identificar e registar as exigências técnicas e regulamentares. Conhecer e aplicar regras de segurança e higiene.Conhecer e utilizar a terminologia específica da disciplina. | **Muito Insuficiente** | **Insuficiente** | **Suficiente** | **Bom** | **Muito Bom** | Teste EscritoTarefas: Fichas de trabalho/ registos de aula realizados pelo aluno/outrosRegisto de observações |
| Área do Conhecimento | 50% | Conhecer e utilizar os métodos e meios de treino mais adequados ao desenvolvimento ou manutenção das diversas capacidades motoras, de acordo com a sua aptidão atual e o estilo de vida, cuidando o doseamento da intensidade e duração do esforço, respeitando em todas as situações os princípios básicos do treino. 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: - Especialização precoce e exclusão ou abandono precoces;- Violência (dos espectadores e dos atletas) vs. espírito desportivo;- Corrupção vs. verdade desportiva.Conhecer os regulamentos das diferentes atividades físicas e desportivas. |

**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.

- Registos de aula realizados pelo aluno.

- Fichas de trabalho/questionário.

- Registo de observações.