



	DOMÍNIOS DAS APRENDIZAGENS ESSENCIAIS		PONDERAÇÃO	AVALIAÇÃO	APRENDIZAGENS / COMPETÊNCIAS ESPECÍFICAS (Áreas de competências do Perfil dos Alunos)
				INSTRUMENTOS/TÉCNICAS	
CRITÉRIOS GERAIS DO AGRUPAMENTO CONHECIMENTOS / CAPACIDADES / DESTREZAS 75%	I - Conhecimentos	Aquisição	15%	Grelhas de registo	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Compreensão do mecanismo fisiológico do esforço (elementar); (B,C,D,G)</li> <li>- Controlo do esforço (contagem das pulsações); (B,C,D, E, F, G, I, J)</li> <li>- Conhecer aspetos fundamentais da origem, evolução e atualidade do universo das atividades físicas e modalidades desportivas abordadas; (B,C,D,G)</li> <li>- Ter a noção e entendimento da dimensão sociocultural do desporto; (B,C,D,G)</li> <li>- Conhecer e identificar e aplicar as regras e regulamentos das atividades desportivas; (A,B,C,D,G)</li> <li>- Conhecer e identificar os elementos técnico-táticos elementares de cada uma das atividades desportivas. (B,C,D,G)- Desenvolve capacidades físicas e motoras adequadas não só ao desempenho satisfatório nas diversas atividades físicas, mas também como suporte do seu crescimento e desenvolvimento e consequente saúde e bem-estar. (B,C,D, E, F, G, I, J)</li> <li>- Participa em exercícios de cada uma das modalidades desportivas, ajustando a iniciativa própria e as qualidades físico-motoras às situações e objetivos do jogo, realizando corretamente habilidades básicas (técnicas) e ações táticas fundamentais. (B,C,D, E, F, G, I, J)</li> <li>- Participa e realiza de forma satisfatória, os elementos, movimentos e técnicas elementares de cada uma das atividades desportivas abordadas, nomeadamente as destrezas e elementos gímnicos, corridas, saltos e lançamentos, percursos em patins com equilíbrio e segurança, dos desportos de raquetes, de oposição e luta, das atividades rítmicas expressivas, de orientação e natação (se abordada). (B,C,D, E, F, G, H, I, J)</li> </ul>
		Mobilização/Aplicação		Lista de verificação	
	II – Capacidades e Destrezas	APTIDÃO FÍSICA	20%	Grelhas de observação	
		DESPORTOS COLETIVOS	20%	Fichas de avaliação	
	DESPORTOS INDIVIDUAIS	20%	Trabalhos de grupo/individuais		
			Questão de aula		
			Fitescola		

CRITÉRIOS GERAIS DO AGRUPAMENTO ATITUDES E VALORES 25%	DOMÍNIOS	PONDERAÇÃO	AVALIAÇÃO	
			INSTRUMENTOS/TÉCNICAS	APRENDIZAGENS / COMPETÊNCIAS ESPECÍFICAS (Áreas de competências do Perfil dos Alunos)
	Responsabilidade	5%	Grelhas de registo  Lista de verificação  Grelhas de observação  Fichas de autoavaliação	- É assíduo e pontual. Traz o equipamento próprio (vestuário e calçado do uso exclusivo para a aula).
	Comportamento	5%		- Comunica com os diversos intervenientes (professor/ alunos/ auxiliares) de forma correta e cordial; - Não perturba a aula; - Demonstra espírito desportivo agindo de acordo com as regras/ regulamentos das diversas atividades/ modalidades desportivas, respeitando os companheiros, adversários e árbitro.
	Participação/Interesse	5%		- É atento e interessado; - Participa nas atividades de forma interessada, procurando seguir e cumprir as indicações do professor, de forma a alcançar o êxito em cada uma delas.
	Utilização/Preservação dos materiais	5%		- Utiliza os materiais e equipamentos de forma adequada, evitando a sua deterioração e contribuindo para a preservação e conservação dos mesmos, de acordo com as regras e normas de segurança. - Colabora sempre que solicitado no transporte e arrumação dos materiais, de acordo com as regras e normas de segurança.
	Higiene/Regras de segurança	5%		- Cumpre as regras de higiene e segurança.

Os alunos com **dispensa médica** serão avaliados tendo em conta os domínios: **I – Conhecimentos - 70%** e **das Atitudes e Valores - 30%**

Os critérios de avaliação tal como se apresentam, podem ser utilizados em ensino não presencial e presencial, não sendo obrigatório a utilização de todos os instrumentos de avaliação. Cada instrumento, será adequado às diversas aprendizagens, aos domínios e competências específicas a avaliar, tendo em consideração a turma/aluno.

<b>A</b> – Linguagens e Textos	<b>B</b> - Informação e Comunicação	<b>C</b> - Raciocínio e Resolução de Problemas	<b>D</b> – Pensamento Crítico e Pensamento Criativo	<b>E</b> - Relacionamento Interpessoal
<b>F</b> - Desenvolvimento Pessoal e Autonomia	<b>G</b> – Bem-Estar, Saúde e Ambiente	<b>H</b> - Sensibilidade Estética e Artística	<b>I</b> - Saber científico, Técnico e Tecnológico	<b>J</b> - Consciência e domínio do corpo

Aprovado pelo Conselho Pedagógico em 20 de outubro de 2022