



DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA						
DISCIPLINA – 9.º ANO DE ESCOLARIDADE						
	Domínios	Sub Domínios	Descritores de Desempenho	Perfil do Aluno	Fatores de Ponderação	Procedimentos e/ou técnicas de recolha de informação
Conhecimentos, Capacidades e Valores	ATIVIDADES FÍSICA	JOGOS DESPORTIVOS COLECTIVOS	Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo, nos JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (Basquetebol, Futebol, Andebol, Voleibol), 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.	A,B,G,I,J	80%	Grelha de avaliação. Grelha de Indicadores de observação. Observação Direta e registo da observação. Questionamento
		GINÁSTICA	Compor, realizar e analisar da GINÁSTICA (Solo, Aparelhos, Rítmica), as destrezas elementares de acrobacia, dos saltos, do solo e dos outros aparelhos, em esquemas individuais e/ou de grupo, aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação, e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios.	A,C,D,J		
		ATLETISMO	Realizar e analisar do ATLETISMO, saltos, corridas, lançamentos e marcha, cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento, não só como praticante, mas também como juiz.	A,B,C,D,G		

		ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS	Apreciar, compor e realizar, nas ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais), sequências de elementos técnicos elementares, em coreografias individuais e ou em grupo, aplicando os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições.	A,B,C,D,G		
		PATINAGEM	Patinar adequadamente em combinações de deslocamentos e paragens, com equilíbrio e segurança, realizando as ações técnico-táticas elementares em jogo e as ações de composições rítmicas «individuais» e «a pares».	A,B,C,D,G		
		OUTRAS (RAQUETAS)	Realizar com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares, nos JOGOS DE RAQUETES (<i>Badminton</i> , Ténis e 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.	A,B,C,D, F,H,I,J,		
	APTIDÃO FÍSICA		Desenvolver capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa <i>FITescola</i> , para a sua idade e sexo.	B,E,F,G	10%	

	CONHECIMENTOS		<p>Relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras, a composição corporal, a alimentação, o repouso, a higiene, afetividade e a qualidade do meio ambiente.</p> <p>Interpretar a dimensão sociocultural dos desportos e da atividade física na atualidade e ao longo dos tempos, identificando fenómenos associados a limitações e possibilidades de prática dos desportos e das atividades físicas, tais como: o sedentarismo e a evolução tecnológica, a poluição, o urbanismo e a industrialização, relacionando-os com a evolução das sociedades.</p>	B,E,F,G	10%	
			Áreas de Competência do Perfil do Aluno			
			<p>A – Linguagens e Textos</p> <p>B – Informação e Comunicação</p> <p>C – Raciocínio e Resolução de Problemas</p> <p>D – Pensamento Crítico e Pensamento Criativo</p> <p>E – Relacionamento Interpessoal</p>	<p>F – Desenvolvimento Pessoal e Autonomia</p> <p>G – Bem-Estar, Saúde e ambiente</p> <p>H – Sensibilidade Estética e artística</p> <p>I – Saber Científico, Técnico e Tecnológico</p> <p>J – Consciência e Domínio do Corpo</p>		
1.º Período/ 2.º Período/ 3.º Período						
Continuidade e acumulação de Competências						
<p>De salientar que os critérios de avaliação por ano de escolaridade implicam uma lógica de progressividade ao longo de cada ciclo de ensino.</p> <p>Consulte o Anexo para conhecer os domínios das capacidades motoras a atividades físicas a desenvolver no Ensino Secundário</p> <p>Consulte o site da Plataforma <i>FITescola</i>® (http://fitescola.dge.mec.pt) para conhecer os valores referentes à Zona Saudável da Aptidão Física.</p>						

**CORRESPONDÊNCIA ENTRE A AVALIAÇÃO QUANTITATIVA,
AVALIAÇÃO QUALITATIVA E NÍVEL GLOBAL
ENSINO BÁSICO**

AVALIAÇÃO QUANTITATIVA	AVALIAÇÃO QUALITATIVA	NÍVEL GLOBAL
0-19	Muito Insuficiente	1
20-49	Insuficiente	2
50-69	Suficiente	3
70-89	Bom	4
90-100	Muito Bom	5